

19/04/21  
12/06/21

Nom: \_\_\_\_\_

Prénom: \_\_\_\_\_

Date de naissance: \_\_\_\_\_

GSM: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Rue: \_\_\_\_\_ n°: \_\_\_\_\_

CP: \_\_\_\_\_ Localité: \_\_\_\_\_

## ESTIMATION DU NIVEAU

Débutant | Initié | Entraîné

## NOMBRE D'HEURES SOUHAITÉES

1 h | 2 h | Programme compétition

## JOURS SOUHAITÉES

Entraînement physique du mercredi

Lundi | Mardi | Mercredi

Jeudi | Vendredi | Samedi

Pour 1 h par semaine,  
merci d'indiquer 3 jours disponibles.  
Pour 2 h par semaine,  
merci d'indiquer 4 jours disponibles.

DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS  
LE LUNDI 5 AVRIL 2021

## POUR S'INSCRIRE

## 4 POSSIBILITÉS :

Par courrier,  
envoyer le formulaire d'inscription  
à l'adresse du Club  
Avenue du Milieu du Monde, 3  
5000 Namur

Par internet,  
[www.tennis-citadelle.be](http://www.tennis-citadelle.be)

Par téléphone,  
contacter Didier DEMANET  
au 0496 28 75 25

Par email,  
[ecole@tennis-citadelle.be](mailto:ecole@tennis-citadelle.be)

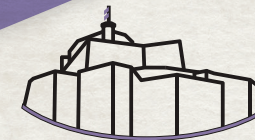
## IMPORTANT

- Pour les familles dont **3 enfants et plus** suivent les cours, **réduction de 5%** sur le montant total des sessions de cours.
- Les cours annulés pour cause de **pluies**, sont **reportés** à une date ultérieure.
- Un **cours individuel ou à deux**, s'il est organisable, doit être **accompagné** d'une **séance physique** par semaine, **à partir de 10 ans**.
- Dans la mesure des possibilités, la composition des **groupes** sera envisagée **en fonction** des **équipes d'interclubs**.
- En cas d'absence, aucun remboursement** ne sera effectué.
- Les cours** seront **recupérés** durant les **2 dernières semaines de juin**.
- Pour utiliser les terrains du cours, vous devez payer la cotisation club.**

POUR ÊTRE VALABLE,  
VOTRE INSCRIPTION DOIT :

1. Être complète :  
nom, prénom, date de naissance,  
GSM, adresse mail, niveau et  
jours souhaités.
2. Le montant des cours doit être réglé  
sur le compte  
**BE80 0357 0650 3177**

VOUS RECEVREZ LES HORAIRES PAR EMAIL  
À PARTIR DU LUNDI 12 AVRIL 2021



**TENNIS**  
DE LA CITADELLE

**SAISON**  
**PRINTEMPS**  
**2021**



# UN CLUB DYNAMIQUE ET ACCUEILLANT

## Mon tennis

La pédagogie mon tennis repose sur 4 piliers de compétences développés sur 6 formats de terrain qui permettent aux élèves d'évoluer à leur rythme en jouant au tennis en situation de jeu d'opposition et de matchs. L'objectif est d'amener le plus de jeunes possible à apprendre le tennis et le pratiquer, avec plaisir au niveau correspondant à leurs aptitudes.

### LE BABY-TENNIS - 2015-2016



### LE MINI-TENNIS SUR 12 M - 2013-2014



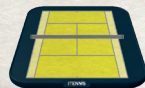
### LE MINI-TENNIS SUR 18 M - 2011-2012



### LE MINI-TENNIS SUR 21 M - 2009-2010



### LE MINI-TENNIS SUR 24 M - 2008



### COURS À LA CARTE

- Initiation ou perfectionnement  
1 à 2 séance(s) par semaine  
Travail technique
- Tennis Compétition  
2 à 3 séances par semaine  
Travail technique & tactique  
Entraînement physique  
Coaching compétition

SAISON  
PRINTEMPS  
2021

## COURS Jeunes

### IH PAR SEMAINE

- 4 enfants / terrain  
Né en 2015 & 2016 \_\_\_\_\_ 80 €  
Né en 2013 & 2014 \_\_\_\_\_ 80 €  
Né entre 2000 & 2012 \_\_\_\_\_ 145 €
- 3 enfants / terrain \_\_\_\_\_ 190 €
- 2 enfants / terrain \_\_\_\_\_ 280 €
- Individuel \_\_\_\_\_ 370 €

### 2H PAR SEMAINE

- 4 enfants / terrain  
Né en 2015 & 2016 \_\_\_\_\_ 150 €  
Né en 2013 & 2014 \_\_\_\_\_ 150 €  
Né entre 1997 & 2012 \_\_\_\_\_ 250 €

## COURS Adultes

### À PARTIR DE 20 ANS 3 - 4 ADULTES PAR TERRAIN

- 1h par semaine \_\_\_\_\_ 145 €  
Non membre \_\_\_\_\_ 165 €
- 2h par semaine \_\_\_\_\_ 250 €  
Non membre \_\_\_\_\_ 270 €

## Programme

### RENFORCEMENT COMPÉTITION EN COMPLÉMENT DES COURS JEUNES

Places limitées et horaires imposés,  
Prendre contact directement avec Didier Demanet

- 1h par semaine  
Né en 2011 & 2012: 90 €
- 1h30 par semaine  
Né en 2008 ou avant: 125 €

### PRÉPARATION PHYSIQUE EN COMPLÉMENT DES COURS JEUNES

- À partir de 10 ans,  
le mercredi après-midi: 40 €

WWW.TENNIS-CITADELLE.BE



DECATHLON



BNP PARIBAS

