

STAGE VACANCES DE FEVRIER 2012

horaires	programme	lundi 27	mardi 28	mercredi 29
9h - 11h	entraînement	déplacement latéral	déplacement profondeur	journée commune avec le stage interdépartemental (28 et 41) soit environ 20 joueurs + vous
11h15 - 11h45	physique	circuit training	test navette	
11h45 - 12h15	services	courts	courts	
REPAS				
13h15 - 13h45	services	rapides	rapides	
14h - 15h30	compétition	individuelle	coupe davis	
15h45 - 17h	sport collectif	foot	basket	

* Inscription pour les 3 jours : 24€	* Règlement sur place
* Prévoir le repas du midi	* Prévoir une paire de basket pour courir le mardi

INSCRIPTION SOUHAITEE AVANT LE VENDREDI 24 FEVRIER 2012

* par téléphone	* à la salle	* par mail
06 - 10 - 76 - 23 - 82	karl	karllechien@yahoo.fr

Rappel des compétitions à venir :

dates	échelon	compétition
dim 11 mars	départemental	finale par classement à Chateauneuf pour les qualifiés
WE 10/11 mars	national	4ème tour du Critérium Fédéral
sam 7 avril	départemental	5ème tour du Critérium Fédéral
dim 8 avril	régional	5ème tour du Critérium Fédéral
sam 21 avril	régional	Interclubs pour les équipes qualifiées
WE 5/6 mai	départemental	Finale Titres pour les qualifiés
jeu 17 mai	régional	Finale par classement pour les qualifiés
WE 26/27 mai	régional	Finale Titres pour les qualifiés
sam 2 juin	départemental	Tournoi Open jeunes à Yèvres ouvert aux débutants