



MOUNIER
TENNIS CLUB

TEAM

Yanick Henry – Responsable et coordinateur sportif

Florence Mullie – Responsable administrative

PROGRAMME TENNIS COMPETITION

Tennis Club Mounier

Pour cette saison 2021/2022, le Mounier vous propose 2 formules pour les joueurs qui souhaitent suivre un programme de compétition.



Philosophie

Notre philosophie est de proposer un **encadrement continu** afin que le joueur puisse s'épanouir toute l'année. C'est pour cette raison que nous l'appelons le **TEAM MOUNIER**. Le but est de travailler **en équipe**. Que ce soit au travers de la relation entre le joueur et l'équipe pédagogique mais également grâce aux liens entre joueurs. L'accompagnement personnalisé dans un esprit de famille fera partie de notre ligne conductrice.

Objectif

Amener chaque joueur de tennis **de tout âge** (jeune ou adulte) à exploiter au mieux son potentiel pour vivre son sport de façon positive, que ce soit sur le plan personnel ou sur le plan sportif.





Méthode

Nous travaillerons les **4 différents piliers** du tennis à savoir : La technique - La tactique - Le physique - Le mental.

Ces 4 piliers seront enseignés aux joueurs par une **équipe expérimentée, dynamique, motivée et diplômée.**

Infrastructure

Pour performer, nous disposons de 2 surfaces de jeu : terrains en greenset et en brique pilée, mais aussi une salle de renforcement musculaire, un cabinet de médecine du sport ainsi qu'une salle de réunion pour les débriefings et les analyses vidéo.



PRE-TEAM	TEAM				
<p><i>Formule préparatoire à la formule « TEAM ».</i></p> <p><i>Destinée à tous les joueurs à partir de 8 ans qui souhaitent franchir une étape supplémentaire dans la compétition.</i></p>	<p><i>Formule pour les joueurs à partir de 8 ans impliqués et classés.</i></p> <p><i>L'accès à cette formule est conditionnée à l'approbation de l'équipe pédagogique.</i></p>				
<p>PROGRAMME SPORTIF</p> <p>Saison HIVER – 22 semaines</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">2 x 1h / semaine de tennis + 1h de physique toutes les 2 semaines</td> <td style="width: 50%;">2 x 1h30 / semaine de tennis + 1h30 de physique /semaine</td> </tr> </table> <p>Saison PRINTEMPS – 8 semaines</p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%;">1h / semaine de tennis + suivi et coaching interclubs à domicile + Place assurée dans les interclubs + Avantages chez nos sponsors</td> <td style="width: 50%;">1h30 / semaine de tennis + suivi et coaching interclubs à domicile + Place assurée dans les interclubs + Avantages chez nos sponsors</td> </tr> </table>		2 x 1h / semaine de tennis + 1h de physique toutes les 2 semaines	2 x 1h30 / semaine de tennis + 1h30 de physique /semaine	1h / semaine de tennis + suivi et coaching interclubs à domicile + Place assurée dans les interclubs + Avantages chez nos sponsors	1h30 / semaine de tennis + suivi et coaching interclubs à domicile + Place assurée dans les interclubs + Avantages chez nos sponsors
2 x 1h / semaine de tennis + 1h de physique toutes les 2 semaines	2 x 1h30 / semaine de tennis + 1h30 de physique /semaine				
1h / semaine de tennis + suivi et coaching interclubs à domicile + Place assurée dans les interclubs + Avantages chez nos sponsors	1h30 / semaine de tennis + suivi et coaching interclubs à domicile + Place assurée dans les interclubs + Avantages chez nos sponsors				
<p>Pack PRE-TEAM inclus d'une valeur de 200€</p> <p>1 t-shirt</p> <p>50% sur la cotisation été (jusqu'à 18 ans) 30% sur la cotisation été adulte 1 séance d'analyse vidéo Participation aux Box TEAM 2 tournois internes 1 séance de conseils diététiques</p>	<p>Pack TEAM inclus d'une valeur de 430€</p> <p>2 t-shirts</p> <p>Cotisation été offerte jusqu'à 18 ans 50% sur la cotisation été adulte 2 séances d'analyse vidéo Participation aux Box TEAM 2 tournois internes 1 séance de conseils diététiques</p> <p>1 stage offert pour un stage payant</p>				
<p>950€</p>	<p>1450€</p>				

Conditions d'inscriptions

PRE TEAM

- MOTIVATION !!!
- Équipement sportif TENNIS adéquat (raquette, chaussures, vêtements, sac, ...) ;
 - Participer aux interclubs ;
 - Être membre du club été (saison 2022) ;
- Faire minimum 8 matchs sur l'année (interclubs compris) ;
 - Porter les couleurs du club.

TEAM

- MOTIVATION +++ !!!
- Équipement sportif TENNIS adéquat (raquette, chaussures, vêtements, sac, ...) ;
 - Participer aux interclubs ;
 - Être membre du club été (saison 2022) ;
- Faire minimum 12 matchs sur l'année (interclubs compris) ;
 - Porter les couleurs du club ;
 - Jouer régulièrement hors entraînement

Des questions ?

N'hésitez pas à nous contacter : tennis@mounier.be

