

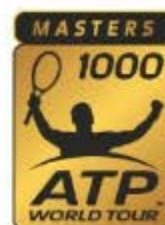
ROLEX MONTE-CARLO MASTERS

14 - 22 avril 2018



JOURNEE D'ANIMATION

Proposée par la Direction du Tournoi



Venez nombreux participer à cette journée de Fête du Tennis

T.C. ALLEINS/A.S.SENAS TENNIS

(animation à A.S.SENAS TENNIS en cas de mauvais temps)

Mercredi 29 novembre 2017

Vous pourrez :

- Exercer la maîtrise et la précision aux jeux du passing et sur des cibles
- Tester la vitesse de votre service validée par un radar électronique

Vous pourrez gagner de nombreux lots et les meilleurs d'entre vous seront invités à assister aux rencontres du *Dimanche 15 avril 2018* du **Rolex Monte-Carlo Masters** et passer une journée inoubliable

LIEUX :

CLUB DE TENNIS DE SENAS ET ORGON ET AUTRES, À DÉTERMINER EN FONCTION DE LA MÉTÉO



PROPOSITIONS TARIFAIRES :

COURS COLLECTIFS GROUPE DE 5 MINIMUM:

JEUNES : 4 EUROS PAR SÉANCE, SUR UN CYCLE DE 20 À 25 SÉANCES

ADULTES : 5 EUROS PAR SÉANCE, SUR UN CYCLE DE 20 À 25 SÉANCES

COURS INDIVIDUEL

JEUNES 20 EUROS

ADULTES 30 EUROS

LA PREMIÈRE SÉANCE DÉCOUVERTE EST GRATUITE

MONITEUR DE SPORT DIPLÔMÉ D'ÉTAT : SLIMAN SAÏDI

N°SIRET : 802 152 587 00019

TÉL : 06-95-08-58-48

SLIMAN.SPORTS@GMAIL.COM

**PRÉPARATION PHYSIQUE POUR TOUS
ASST/ORGON**

CONTENU DES SÉANCES :



DÉVELOPPER LES CAPACITÉS D'ENDURANCE, DE RÉSISTANCE ET DE VITESSE DES ATHLÈTES.
MOTRICITÉ ET COORDINATION GÉNÉRALE ET SPÉCIFIQUE.
GAINAGE, RENFORCEMENT MUSCULAIRE ET ÉTIREMENTS.
PLANIFICATION D'ENTRAÎNEMENT.
PÉDAGOGIE ADAPTÉE ET DIFFÉRENCIÉE EN FONCTION DE CHACUN (E).

PUBLIC CONCERNE :

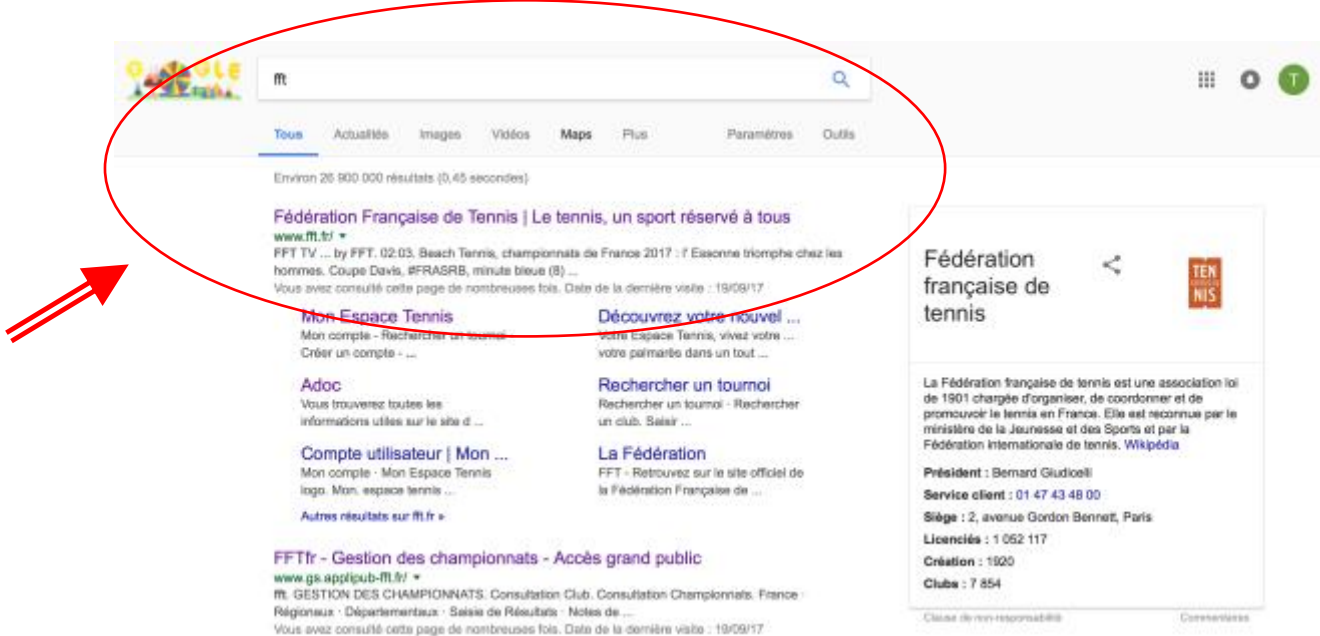
JEUNES À PARTIR DE 11 ANS (FILLES ET GARÇONS), OU SELON LA MATURITÉ PHYSIQUE
ADULTES À PARTIR DE 18 ANS

JOURS D'ENTRAÎNEMENT :

MARDI À PARTIR DE 19H POUR LES ADULTES
JEUDI À PARTIR DE 17H30 POUR LES JEUNES

Procédure de réservation des courts de Tennis (Orgon et Sénas)

Sur google taper FFT



Cliquer sur le lien de la Fédération de tennis



Cliquer sur Mon espace tennis et accéder à mon espace

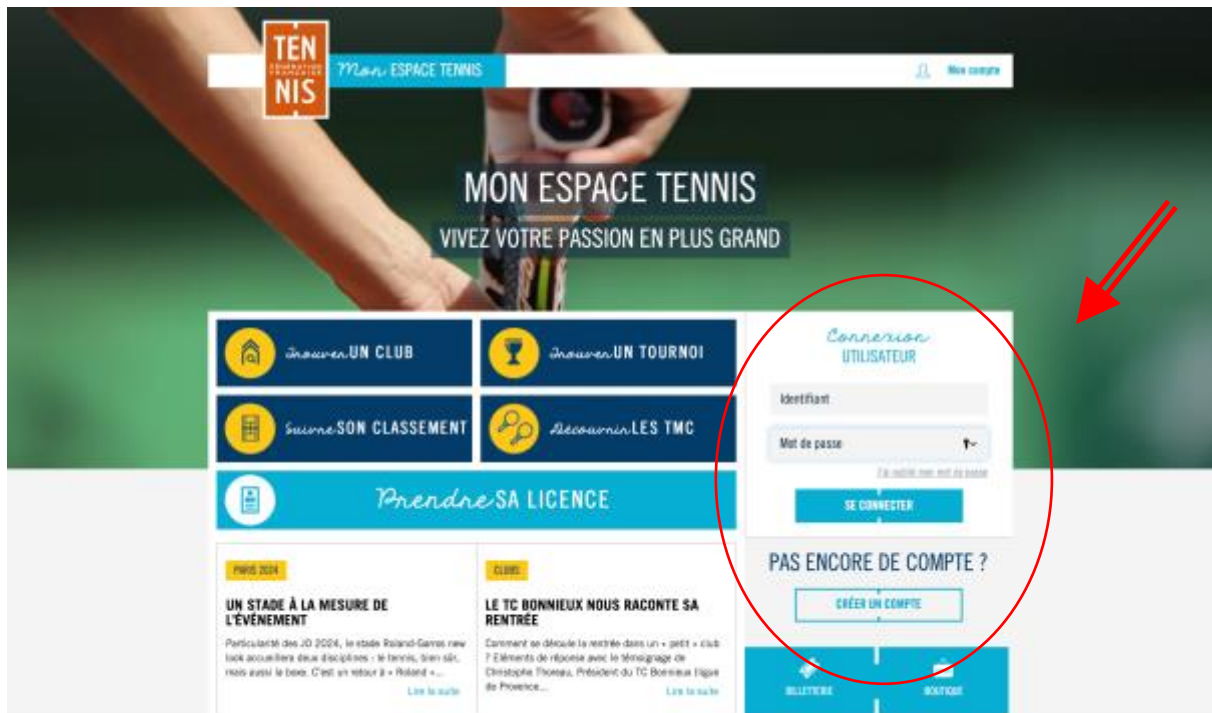


2 Solutions :

- Si vous avez déjà créé votre compte vous avez directement accès avec vos identifiants.

- Si vous n'avez jamais créé votre compte. Il faut le créer en renseignant les éléments demandés.

Pour votre numéro de licence merci de le demander par mail à assenastennis@gmail.com



Une fois que vous avez accès
Cliquez sur réserver un courts



Vous avez accès aux 4 courts de l'association.
 Les réservations se font par créneaux de 30min.

Donc par exemple pour 1h30 de tennis, il faudra réserver 3 créneaux de 30min.

Aide au Développement et à l'Organisation de Club FFT (Année sportive 2018)

Adhérents Gestionnaire

RECAPITULATIF
 Réservez par court/terrain par jour/Mes réservations
 ADHÉSIONS & SERVICES
 Tarifs & Achats/Paiements en attente
 ADHÉRENTS DU CLUB

Joueurs

MES DONNÉES

Ma fiche/Mes groupes

LIENS UTILES

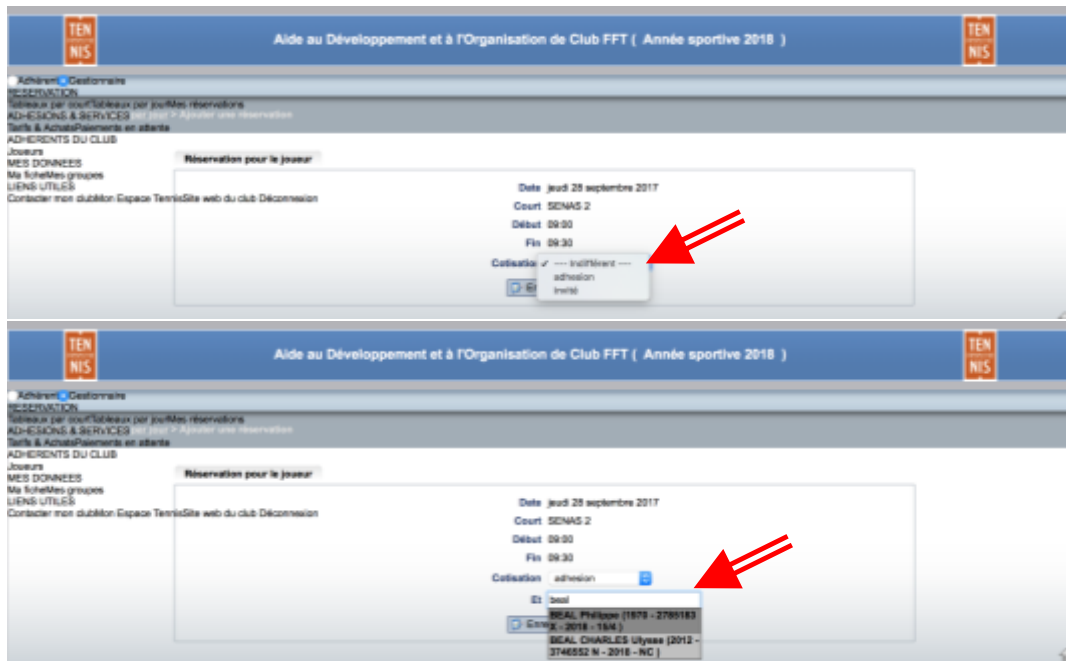
Consulter mon club/Mon Espace Tennis/Site web du club

jeudi 20 septembre 2017 Toutes les surfaces Couvert ou non

	SENAS 2 (SENAS) Béton poreux	SENAS 1 (SENAS) Béton poreux	ORDON 3 (Orger) Béton poreux	ORDON 4 (Orger) Béton poreux
08h30				
09h00				
09h30				
10h00				
10h30				
11h00				
11h30				
12h00				
12h30				
13h00				
13h30				
14h00				
14h30				
15h00				
15h30				
16h00				
16h30				
17h00				
17h30				
18h00				
18h30				
19h00				
19h30				
20h00	entraînement (Court)	entraînement (Court)		
20h30				
21h00				
21h30				
	SENAS 2 (SENAS) Béton poreux	SENAS 1 (SENAS) Béton poreux	ORDON 3 (Orger) Béton poreux	ORDON 4 (Orger) Béton poreux

2 Solutions :

Je joue contre un autre adhérent du club.
Il me suffit de cliquer sur adhésion et ensuite d'écrire le nom de mon coéquipier.

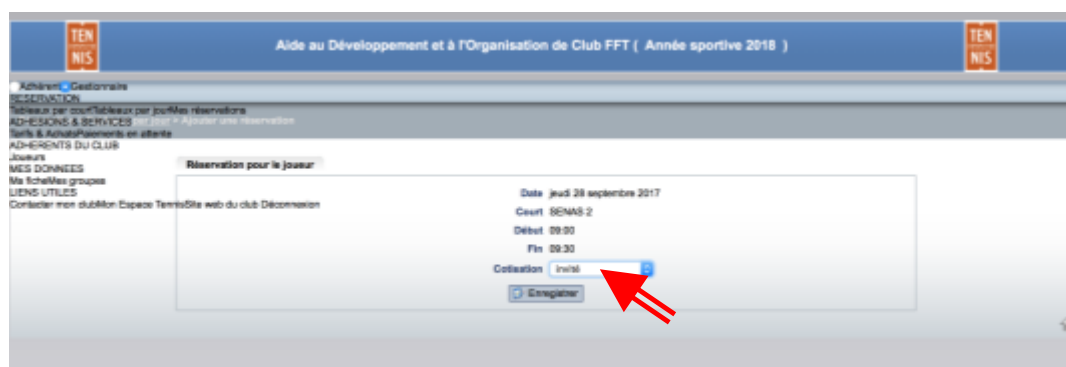


Je joue contre un invité qui n'est pas membre du club.

Je choisis la formule « invité ».

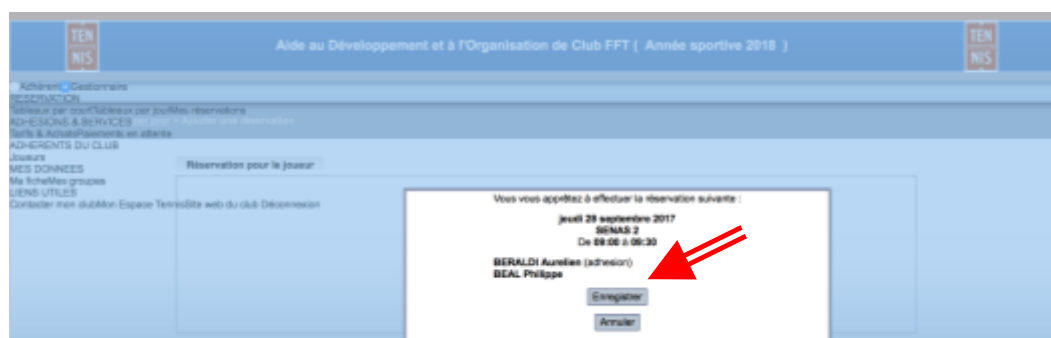
Le club offre à chaque membre 8 invitations de 30min chacune.

Au-delà votre adversaire devra prendre une cotisation au club.



Ensuite cliquer sur « enregistrer »

Un mail de confirmation vous sera envoyé.



Pour toute question merci de contacter le 06.13.47.98.95 ou assenastennis@gmail.com

JOURNEE DES ASSOCIATIONS

samedi 9 septembre

DE 9H00 A 17H30

L'ASST Tennis Senas
sera heureuse de vous accueillir
sur son stand avec
quelques nouveautés !!!

SAVE THE DATE !!!



TARIFS SAISON 2017-2018

Licence FFT : 29 euros (adultes) - 18 euros (enfants)

Adhésion adulte : 85 euros

Adhésion enfant : 55 euros (jusqu'à 18 ans)

1 enfant + 1 adulte : 120 euros

1 enfants + 2 adultes : 140 euro

2 enfants + 2 adultes : 170 euros

3 enfants + 2 adultes : 200 euros

2 enfants + 1 adulte : 130 euros

Couple : 130 euros

