



Stage reprise ouvert
août 2018

aux joueurs ou joueuses âgés de 7 à 15 ans

STAGE REPRISE ouvert 2018

Innovation !

Cette année, l'Olympique Rémois Tennis de Table ouvre ses stages aux joueurs des autres clubs. Ces stages ont pour but de faire progresser les joueurs en découvrant une méthode de travail différente du club habituel. Mais également, de rencontrer d'autres joueurs afin d'avoir une relance différente et d'évoluer dans un environnement extérieur.

Le stage sera sous la responsabilité de M.CANAT Christophe (entraîneur principal de l'ORTT et diplômé du DESJEPS performance sportive.). D'autres entraîneurs pourront intervenir si le nombre de stagiaires est conséquent.

Adresse : Complexe René Tys
5 impasse Léo Lagrange à REIMS.

Le Programme de la Semaine

	Mardi 28 août	Mercredi 29 août	Jeudi 30 août	Vendredi 31 août
9h00	Accueil	Accueil	Accueil	Accueil
10h00	Echauffement et travail d'appuis	Echauffement et travail d'appuis	Echauffement et renforcement musculaire	Echauffement et travail de vitesse
	PAUSE	PAUSE	PAUSE	PAUSE
12h00	Tenue de balles et petits déplacements Situations compétitives	Tenue de balles et petits déplacements Situations compétitives	Rythme, grands déplacements et situations compétitives	Grands déplacements et matchs
	Repas + jeux co	Repas + jeux co	Repas + jeux co	Repas + jeux co
14h00	Services schèmes de jeu	Services schèmes de jeu	Services schèmes de jeu	Habilité et TOURNOI
15h30	PAUSE	PAUSE	PAUSE	
16h00	Défis matchs Etirements	Défis, matchs Etirements	Défis, matchs Etirements	
17h00	FIN	FIN	FIN	

Inscription au stage reprise 2018

NOM : _____ Prénom : _____

Club : _____ Age : _____

Mail : _____ TEL : _____

Je m'inscris (Cochez les cases correspondantes)

Pour le :

Le Mardi 28 août 2018 de 9h à 17h 25 Euros

Le Mercredi 29 août 2018 de 9h à 17h 25 Euros

Le Jeudi 30 août 2018 de 9h à 17h 25 Euros

Le Vendredi 31 août 2018 de 9h à 17h 25 Euros

OU pour toute la semaine de STAGE 80 Euros

Total dû au club de L'Olympique Rémois : _____ Euros
(Somme à verser au plus tard le 1er jour du stage)

Signature

Possibilité de manger sur place le midi en apportant son panier repas.

Inscriptions et renseignements complémentaires à adresser à :

M.CANAT Christophe

06.87.29.37.83

chriscanat@yahoo.fr

Le nombre de places étant limité, les demandes seront retenues selon l'ordre d'arrivée au plus tard **le lundi 20 août.**

Retrouvez nous sur :

www.ortt.fr

www.facebook.com/OlympiqueRemois

