

TOURNÉE 2019

Valeurs

Audace Intensité Solidarité Plaisir

Objectifs Humains

Autonomie Cohésion Ouverture

Objectifs Sportifs

Confiance Expérience Performance

OSE LE TENNIS !
Patricia
Ouellet

OUVERT AUX LICENCIÉS filles et garçons de 10 ANS ET PLUS
8 PLACES LIMITÉES

Présentation Il s'agit d'un **stage intensif de tennis en compétition, avec transport et hébergement** dans une région de vacances attractive et expérimentée dans l'accueil de groupes de sportifs. Durant la Tournée Ose le tennis, une attention particulière sera accordée au bien-être de chaque joueur (plaisir de jouer et de progresser, motivation, alimentation, sommeil). Ce stage sera aussi une belle expérience humaine (amitié, partage, rencontres) et l'occasion de découvrir une région et ses attraits touristiques dans une ambiance sportive : prépa physique sur le sable, récup en mer ou en piscine, balades en vélo ou à pied, sortie culturelle, soirée resto, etc.

2 SEMAINES autour de BAYONNE
Du Sam. 20 juillet au Sam. 03 Août

850 €
tout compris



Logement à Briscous (10 couchages, 4 chambres, 2 SDB)

Programme : Chaque joueur sera inscrit sur 3 tournois homologués dans 1 ou 2 catégories d'âge : TC Urt, TC Biarritz, TC Hasparren, TC Hendaye. Un volume important de matchs sera donc proposé à chaque joueur pour lui permettre de faire évoluer son jeu en match. **Des échauffements, des entraînements et des phases de récupération et de détente seront mis en place individuellement au cours de la journée selon la planification des matchs de tournois de chacun.** Le groupe reste toujours ensemble, une équipe se crée : la Team Congénies !



www.oseletennis.com
patricia.ouellet34@gmail.com - 06 32 50 39 90
Siret N°794 792 937 00011