

Date: Dimanche 17 janvier 2010 à 15:19:24

Sujet: News du Team

STAGE DE FEVRIER A VILLENEUVE-LOUBET

Pendant les vacances scolaires niçoises du mois de février, le Team Daniel Contet organise une semaine de stage avec deux formules au choix : un stage intensif de 9h à 12h et 14h à 16h et un stage semi-intensif de 9h à 12h. A cette période de l'année, le stage sera sous la direction de Christophe Debrousse, moniteur du Team à l'année.

Le stage aura lieu du lundi 15 au vendredi 19 février avec un thème de travail technique différent pour chaque journée. Les séances débuteront par un petit briefing suivi d'un échauffement physique adapté aux âges et au niveau des stagiaires.

Le travail technique est effectué par le moniteur en séance de répétition au panier de balles. Le thème du jeu de jambes sera abordé le lundi matin, la technique gestuelle du haut du corps : le mardi matin, une priorité est donnée au smash et au service : le mercredi, un travail des approches vers le filet ou enchaînement d'attaque est fait le jeudi puis une récapitulation a lieu le dernier jour du stage (en gammes ou au panier selon les niveaux). Les après-midi sont réservés à des matchs de poule entre stagiaire afin d'appliquer en jeu le travail technique effectué chaque matin. Les stagiaires devront remettre un rapport de stage aux moniteurs du Team le vendredi matin. Daniel Contet et Virginie Bazin seront absents pendant ces stages de février pour cause de déplacement à St Pierre et Miquelon. Un stage de deux semaines est organisé sur place par Jean-Louis Légasse moniteur du St Pierre Tennis Action. Le Team sera au grand complet à Villeneuve-Loubet sur la Côte d'Azur (entre Nice et Cannes) au moment des stages de Pâques et d'été qui auront lieu du 5 au 16 avril et du 5 juillet au 13 août 2010.

Publication de Team Daniel Contet : Camps d'entraînement de Tennis - Sport Etudes Tennis:

<http://www.tennis-tdc.com>

URL de cette publication

<http://www.tennis-tdc.com/modules.php?name=News&file=article&sid=92>