

BIENVENUE !

Le club de Saint-Dié des Vosges de Tennis de Table est heureux de t'accueillir. Voici les horaires ou tu pourras venir t'entraîner

HORAIRES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Entraînement libre Jeunes et Adultes	16h00-21h00				19h30-22h00
Entraînement dirigé Jeunes Débutants et Confirmés		17h30 - 19h30			17h30 - 19h30
Entraînement dirigé jeunes Débutants			14h00-16h00		
Entraînement dirigé jeunes Confirmés			16h00-18h00	17h30-19h30	
Entraînement dirigé Adultes (pas de jeunes)		19h30-21h00	18h00-21h00		

Les mardis et vendredis, il y a possibilité d'organiser un échauffement et des petits exercices spécifiques tels que le travail des appuis, l'habilité, les services etc...à partir de 17h00

Les Samedis, comme l'année passée, il sera organisé des séances d'entraînements individualisées définies par les entraîneurs

Possibilité pour les adultes de venir relancer pendant les séances jeunes, avec l'accord de l'entraîneur qui les dirigera

