

# ENTRAINEMENTS ADULTES

TENNIS CLUB ROCHOIS - SAISON 2025/2026



## LES FORMULES ADULTES

1 séance d'1h15 / sem

**1) GYMNASSE TOUTE L'ANNÉE = SANS COUPURE HIVERNALE DU 6/09 AU 20/06  
(SOIT 33 SÉANCES) : 320€**

**⇒ GROUPE COMPÉTITION**

**2) AVEC GYMNASSE MAIS AVEC COUPURE HIVERNALE DU 20/12 AU 2/03  
(SOIT 27 SÉANCES) : 265 €**

**3) SANS GYMNASSE ET AVEC COUPURE HIVERNALE DU 7/12 AU 16/03  
(SOIT 25 SÉANCES) : 240 € (DERNIER COURS LA SEMAINE DU 29 JUIN)**

**✓ PIÈCES À FOURNIR OBLIGATOIREMENT (LES DOSSIERS INCOMPLETS NE SERONT PAS PRIS EN  
COMPTE)**

- Fiche d'inscription
- Règlement par chèque à l'ordre du TCR / Espèces / CB (sans règlement, le dossier est considéré incomplet)

### **PERMANENCES INSCRIPTIONS:**

**POUR LES ANCIENS :** SAMEDI 14 JUIN : 14H-17H / MERCREDI 18 JUIN : 9H30-11H30 ET 13H30-16H30

### **POUR TOUS :**

SAMEDI 21 JUIN : 13H30-16H30 / SAMEDI 28 JUIN : 13H30-20H / JEUDI 3 JUILLET : 18H – 20H

SAMEDI 30 AOUT : 9H-12H / / MARDI 2 SEPTEMBRE : 18H-20H / MERCREDI 3 SEPTEMBRE: 17H-20H

### **POUR LES NOUVEAUX.**

**VENIR EN TENUE POUR FAIRE UN ESSAI ET IDENTIFIER LE NIVEAU LORS DES PERMANENCES**

**REPRISE DES COURS LE SAMEDI 6/09. GROUPES DIFFUSÉS VIA WHASTAPP À PARTIR DU JEUDI 4/09**

	HORAIRES	GROUPES
LUNDI	19H30 – 20H45 (LÉA)	ADULTES
	20H45 – 22H (LÉA)	ADULTES
MARDI	18H30 – 19H45 (VINCENT)	ADULTES
	19H45 – 21H (VINCENT)	ADULTES
	19H30-20H45 (LÉA)	ADULTES COMPÉTITION
	20H45-22H (LÉA)	ADULTES COMPÉTITION
JEUDI	19H30 – 20H45 (VINCENT)	ADULTES
VENDREDI	19H30 – 20H45 (VINCENT)	ADULTES
	19H30 – 20H45 (LÉA)	ADULTES COMPÉTITION
	20H45 – 22H (LÉA)	ADULTES COMPÉTITION
SAMEDI	11H30 – 12H45 (VINCENT)	ADULTES

***Reprise des cours à partir du samedi 6 septembre  
Dernier cours semaine du avec Léa et semaine du avec Vincent.***

***Les groupes d'entraînements seront faits en fonction des niveaux.***