



FIGUERES

EXPERIENCE

tennis & padel stages

Venez passer quelques jours dans l'Alt Empordà et profitez des installations du Club Tennis Figueres pour vivre une expérience unique entourée de tennis et de padel !



**CLUB TENNIS
FIGUERES**

PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT

MATIN

- 9.30 h - 11.00 h: entraînement
- 11 h - 11.30 h: pause et repos
- 11.30 a 13.00 h: entraînement

MIDI

- Déjeuner au Restaurant du Club Tennis Figueres

APRÈS-MIDI

- Packs Excellence / Full, matchs de 1.15 min

MÉTHODOLOGIE

- **Travail** technique et tactique
- **Travail** physique et psychologique
- **Préparation** des points
- **Analyse** des jeux



STAGE BASE

3 h d'entraînement par jour

Groupes de 3 ou 4 personnes maximum

Entraîneurs diplômés par la Fédération Catalane

Déjeuner au Restaurant du Club Tennis Figueres

STAGE EXCELLENCE

3 h d'entraînement par jour

Groupes de 3 ou 4 personnes maximum

Entraîneurs diplômés par la Fédération Catalane

Déjeuner au Restaurant du Club Tennis Figueres

Match de 1h15 l'après-midi avec des joueurs locaux

STAGE FULL

3 h d'entraînement par jour

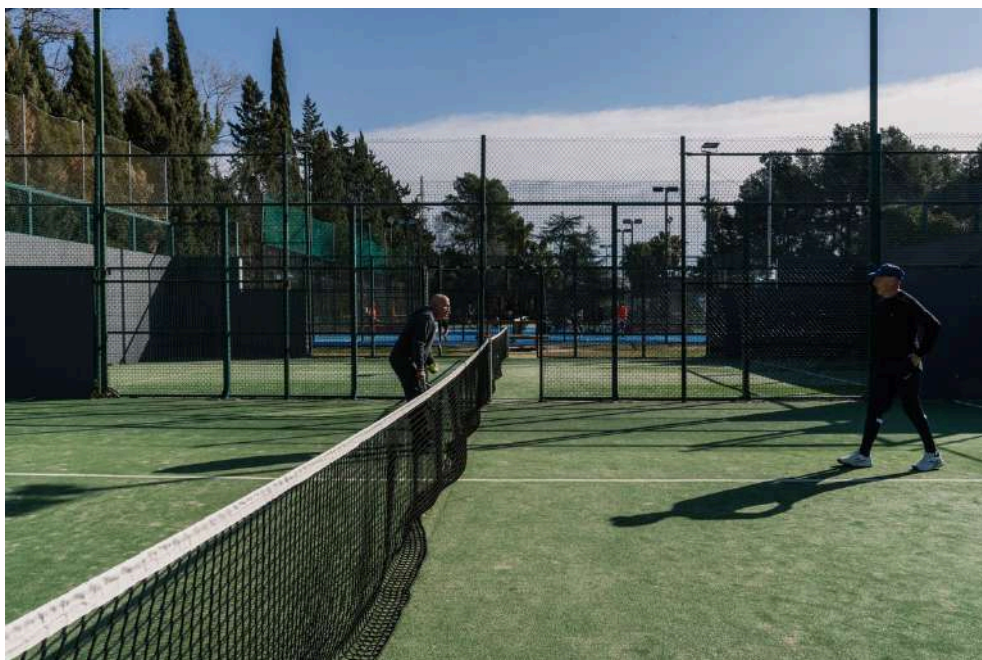
Groupes de 3 ou 4 personnes maximum

Entraîneurs diplômés par la Fédération Catalane

Déjeuner au Restaurant du Club Tennis Figueres

Match de 1h15 l'après-midi avec des joueurs locaux

Hébergement dans un hôtel ** à Figueres**



PRIX ET JOURS

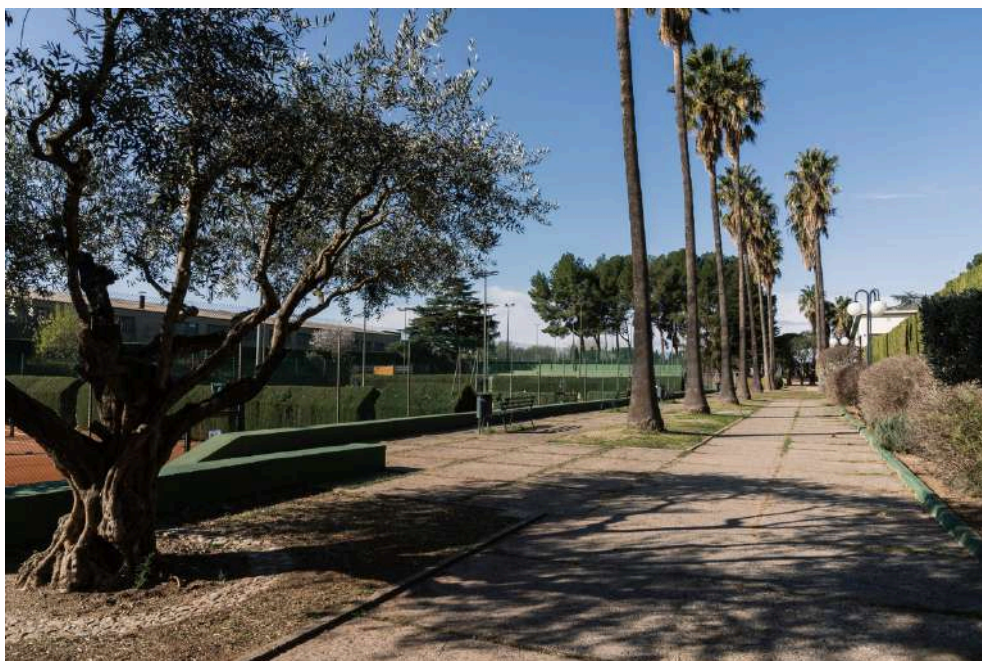
	3 jours	5 jours	7 jours
base	220 €	250 €	445 €
excellence	350 €	400 €	725 €
full	460 €	460 €	985 €

CHAQUE PACK INCLUT AUSSI

- Évaluation et individualisation des objectifs
- T-shirt technique de stage
- Suivi constant du séjour par le coordinateur et entraîneur (français, anglais ou espagnol)
- Amélioration technique et tactique garantie
- Assurance en cas de pluie (possibilité d'aller dans un Indoor avec un supplément de 20 € par personne/jour)

EXTRAS

- Visite Musée Dalí / Costa Brava / Gérone / Barcelone
- Service de transport et transfert
- Loisirs : karting, bowling, cinéma, etc.



POURQUOI CHOISIR LE CLUB TENNIS FIGUERES ?

- Des entraîneurs experts pour vous aider à progresser rapidement
- Une ambiance de club accueillante idéale pour allier sport et plaisir
- L'Empordà, une région spectaculaire à découvrir après vos séances sportives

VOUS SOUHAITEZ ORGANISER VOTRE STAGE ET NOUS REJOINDRE ?

Ne manquez pas cette opportunité de vivre une expérience unique !

Les places sont limitées, contactez-nous dès que possible pour réserver votre stage.

WhatsApp : **+34 621 25 31 81**

E-mail : **escola@clubtennisfigueres.com**



NOS INSTALLATIONS



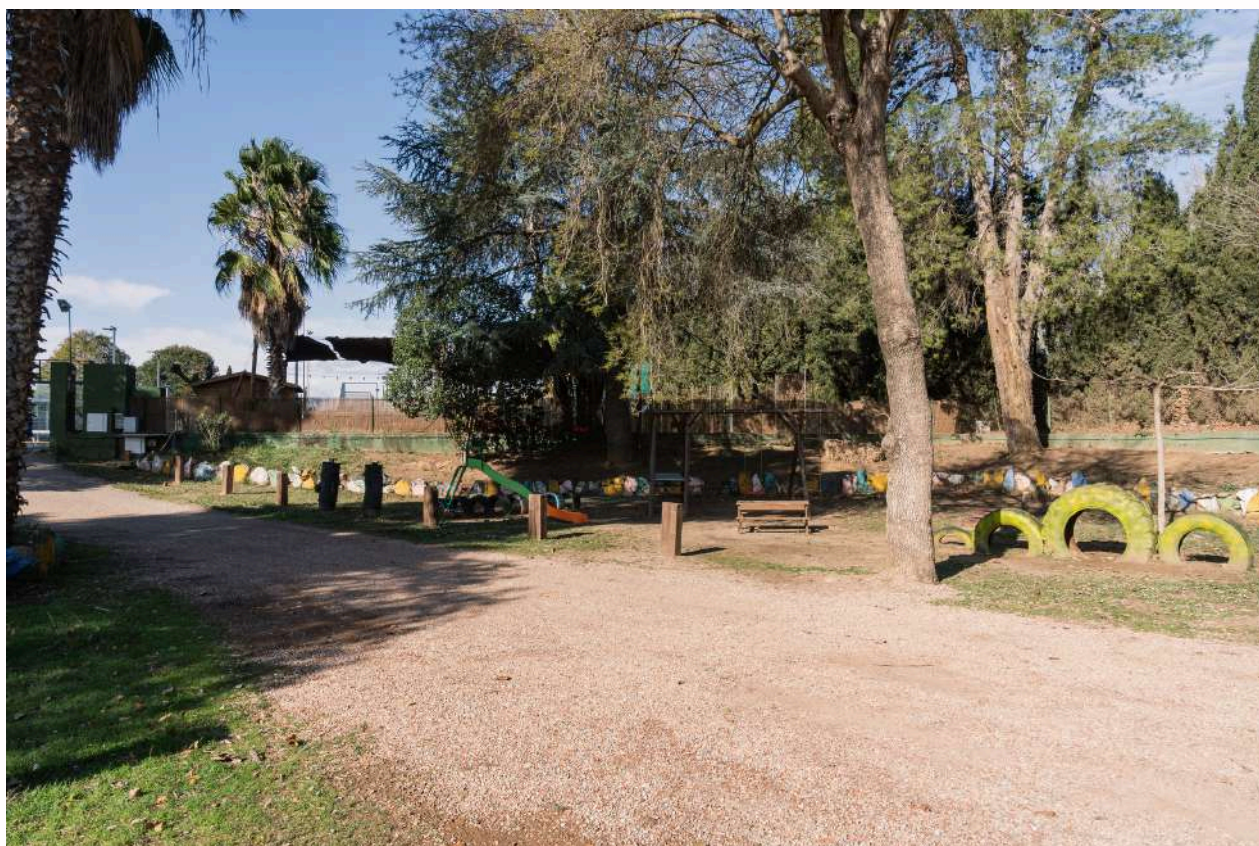
NOS INSTALLATIONS



NOS INSTALLATIONS



NOS INSTALLATIONS



**NOUS VOUS
ATTENDONS !**

FIGUERES
EXPERIENCE
tennis & padel stages



**CLUB TENNIS
FIGUERES**