

“Matinée Tennis”

Je vous propose un moment très sympa, dans un cadre exceptionnel
Bouger, s'exercer, se faire du bien, encadré par un professionnel
Ambiance / convivialité / santé

- Dates : NO 1 : Mardi 27 août (Doubles)
NO 2 : Mardi 3 sept (coordination + doubles)
NO 3 : Jeudi 12 sept (Effets + cardio)
No 4 : Jeudi 19 sept (Volées/smashs + doubles)
No 5 : Jeudi 26 sept (Marche avec bâtons + doubles)

- Lieu : TC Avully (terre battu synthétique)

- De 8h30h à 11h

8h30 : Accueil Cafés / croissants

9h-10h : Echauffement / exercices / ateliers

10h-11h : Jeux / matchs

- Max 12 personnes (inscriptions dans l'ordre d'arrivée)

- Sur inscription uniquement, par mail (précisez votre date)

à : yfwaeny@hotmail.com ; WhatsApp : 078.805.98.73

- Frais : Frs 50.-/pers et par séance, à payer sur place

(Comprend : Café & croissant / animation / terrains / balles / raquettes si besoin...).

A chaque séance supplémentaire = Frs 10.- de moins !

(Donc, Frs 150.- pour les 5 dates !!!)

- Annulé en cas de pluie

