



CONDITION PHYSIQUE

2
0
2
1

En complément des cours de tennis, des cours de condition physique sont également mis en place.

A travers ces entraînements, plusieurs axes de travail tels que la vitesse, coordination, force et endurance sont mis en avant afin de donner à l'enfant de meilleures aptitudes physiques à la progression du tennis.

Le cours a lieu dans la salle de gyme de l'ECCG Aimée-Stitelmann.

Le cours dure 1 heure et est limité à 8 enfants.

Les cours de condition physique sera donné pour autant que 5 participants s'inscrivent.

2
0
2
2

Horaires

Mardi : 18h - 19h / 19h - 20h

Jeudi : 18h - 19h / 19h - 20h

Tarifs à l'année

Du 6 septembre 2021 au 25 juin 2022

1 heure / semaine : 430 CHF

2 heures / semaine : 790 CHF