



TENNIS CLUB BAILLY NOISY-LE-ROI
Stade du Sibano – Avenue des Moulineaux
78590 NOISY LE ROI
Tél: 01 34 62 63 13
Email : secretariat.tcbn@fft.fr
www.club.fft.fr/tcbn

ANIMATIONS ADULTES

CALENDRIER SEPTEMBRE 2019 à JUIN 2020 *

- **INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES SUR PANNEAUX COURTS COUVERTS OU PAR MAIL : eric.hassenforder@gmail.com**
- **ANIMATIONS PONCTUELLES 'WEEK END' SONT PROPOSÉES SUR LE SITE & AFFICHAGE AU CLUB.**

JOURS	DATES	GR 1	GR 2	THEMES ABORDES
Jeudi	03-oct	9h-10h	10h-11h	Service / jeu de jambes à la frappe en CD
Mardi	15-oct	9h-10h	10h-11h	Régularité de fond de court
Vendredi	15-nov	9h-10h	10h-11h	Service / jeu de jambes à la frappe en R
Lundi	02-dec	9h-10h	10h-11h	Les enchainements gagnants
Jeudi	19-dec	9h-10h	10h-11h	Utilisation du jeu long de ligne
Mardi	14-jan	9h-10h	10h-11h	L'engagement physique
Vendredi	31_janv	9h-10h	10h-11h	Défense du terrain (grande diagonale)
Lundi	02-mars	9h-10h	9h-10h	La mise en difficulté
Jeudi	19-mars	9h-10h	10h-11h	La 1ère volée
Mardi	31-mars	9h-10h	10h-11h	Le jeu en toucher
Lundii	27-avr	9h-10h	10h-11h	Les frappes en diagonale
Vendredi	15-mai	9h-10h	9h-10h	Finir par une volée
Jeudi	28-mai	9h-10h	10h-11h	Le retour de service
Mardi	16-juin	9h-10h	10h-11h	La contre-attaque

Sessions gratuites en collectif encadrées par un Enseignant Diplômé d'Etat !

Besoin d'infos? Contactez Eric Hassenforder au 06 62 67 63 13.
Aucune inscription par téléphone !

** Le TCBN se réserve le droit de modifier le calendrier si besoin*