

STAGE DE TENNIS DE TABLE

Organisé par le
FOYER RURAL DE CHENOISE



Des bouquets d'activités dans une corbeille de bonnes volontés



Le vendredi 25 de 19h à 22h et le samedi 26 avril de 14 à 17h
Collation le vendredi et goûter diététique à 17H15 le samedi

Thèmes du stage :

Préparation physique

Les revêtements de raquette

Mise en place d'un système de jeu

Nutrition sportive et hygiène de vie

TARIF : 15€, tout compris, les 2 jours

Renseignements et programme détaillé sur
demande au : 06 08 81 44 69

Inscriptions à foyer.rural.chenoise@wanadoo.fr



**Encadrement assuré par les entraîneurs
fédéraux bénévoles et salariés**

