

LE MÉMO DE MON ENTRAÎNEMENT de Tennis

Objectifs de l'enseignant à chaque séance

- Inculquer les **valeurs du sport** (fair-play, rigueur, attitude avec les partenaires d'entraînement)
- Faire découvrir ou approfondir des **schémas tactiques**
 - Apporter ou consolider un **objectif technique**
 - Pousser l'élève à produire un **effort physique**



Mon rôle à l'entraînement

- Avoir une **raquette adaptée** à ma taille et mon niveau
- Avoir une **tenue et des chaussures adaptées** au tennis
- Avoir une **bouteille d'eau remplie** dès le début de la séance
- Adopter un **comportement respectueux** envers les partenaires d'entraînements et les coachs du club



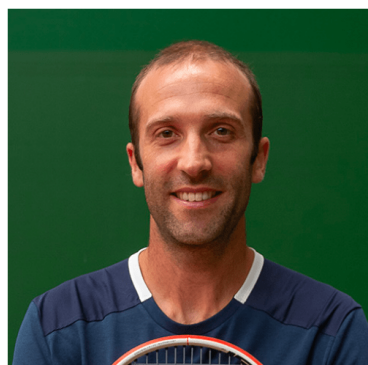
Mes contacts club



02.40.40.43.07



info@snuc-tennis.com



Directeur sportif
Sébastien

Resp. moins de 10 ans
Adrien



SNUC
• Tennis •