

PROGRAMME 2026

des STAGES de TENNIS pour JEUNES avec tournois homologués FFT chaque semaine

Au Club de la Vallée - 36, rue Magendie - 64110 GELOS
Rens. tél : 06 83 87 75 67 - 06 13 59 82 69 (direction) - 05 59 06 53 86 - (club)

Site : academiepaupyrenees.com – Mail : stagedetennis@gmail.com

OÙ ? à GELOS, en pleine campagne, mais à 4 km du centre de Pau, dans une enceinte privée où seront mis à ta disposition : 8 courts, dont 4 couverts, une salle de squash - ping-pong, une piscine (en juillet et août et selon le temps), un foot indoor, un club house et des chambres (photos site).

QUAND ? Chaque semaine, à chaque vacances scolaires, du dimanche après-midi au samedi matin. En voici les dates précises pour 2026 :

CARNAVAL : du 08/02 au 14/02 **PÂQUES :** du 05 au 11/04 - 12 au 18/04 **TOUSSAINT :** (selon demande)

ÉTÉ : du 28/06 au 04/07 - 05 au 11/07 - 12 au 18/07 - 19 au 25/07 - 26/07 au 01/08.

AVEC QUI ? Des jeunes de 8 à 18 ans, par groupes de **4 ou 5 par court**, de niveau homogène allant de la découverte initiation au perfectionnement.

DE QUEL NIVEAU ? Du débutant au perfectionnement et jusqu'au haut niveau.

QUEL EST LE PROGRAMME DE LA JOURNÉE ?

8 h 30 :	Réveil	14 h-16 h :	Tennis (technique et/ou tactique et/ou physique et/ou approche mentale)				
9 h 00 :	Petit-déjeuner	16 h à 18 h 30 :	Goûter - repos ou jeux divers ou piscine ou détente ou ping-pong ou squash ou foot ou tennis en activité libre ou tournois organisés				
9 h 30 :	Rangement des chambres	18 h 30 :	Douche	19 h 00 :	Repas		
10 h-12 h :	Tennis (technique et/ou tactique et/ou physique et/ou approche mentale)	20 h 00 :	Activités libres - détente ou foot ou soirées à thèmes	21 h 30 :	Retour au calme	22 h 00 :	Coucher
12 h 00 :	Repas						
13 h 00 :	Détente et/ou tournoi						

Ce programme est assuré du lundi au vendredi inclus.

Si les courts sont impraticables, le programme est ramené à 2 fois 1 h 30 par jour, ou annulé temporairement en cas de canicule.

QUELLES SONT LES CONDITIONS D'HÉBERGEMENT ? Tu seras logé dans l'enceinte du club dans une chambre de 2 à 8 places maximum, éventuellement sous tente, l'été. Tu prendras tes repas dans la salle de restaurant du club (photos site). Si tu fais un séjour de plus de 15 jours, un service de blanchisserie est prévu (apporter un sac à linge et marquer les affaires).

QUEL EST LE PRIX DU SÉJOUR ?

Une semaine en
pension complète

695 €

Ce prix comprend la pension complète, l'encadrement 24h/24h. Il n'inclut pas l'argent de poche et les engagements aux tournois.

Ne sont pas compris :

- les consommations au bar. En cas de départ ou d'arrivée décalés, les repas des samedis (midi et soir), le petit-déjeuner et le déjeuner du dimanche. L'encadrement du samedi au dimanche. Prix du repas 15 € - prix du petit-déjeuner = 9 €.

Si tu restes plusieurs semaines, le forfait pour chaque week-end est de 199 € (encadrement compris). La priorité est donnée aux séjours en pension complète, cependant, en fonction des places disponibles, des séjours en demi-pension (9 h - 19 h) pourront être possibles au prix de 599 €.

QUAND ET COMMENT PUIS-JE ARRIVER ET REPARTIR ?

Tu devras être présent au club le dimanche après-midi, entre 15 h et 18 h.

Tu repartiras dans la matinée du samedi suivant avant 11 h 30. Si tu restes davantage, tu seras encadré et pris en charge totalement le week-end.

TRANSPORTS

Si tu arrives en train ou en avion et si tu le désires, nous viendrons te chercher, et nous te ramènerons à la gare (15 €) ou à l'aéroport (40 €) pour chaque transport.

COMMENT PUIS-JE RETENIR MON SÉJOUR ?

En remplissant soigneusement le bulletin d'inscription et en versant l'acompte correspondant à ta réservation. Ta place sera retenue dès réception de ta réservation, que nous te confirmerons par courrier.

ACOMPTES : pour 1 semaine : 300 € pour 2 semaines : 600 €