

Entraînements dirigés Manduel

Ouverts à tous les compétiteurs Gardois adultes et enfants ayant un classement supérieur à 500 pts, licence traditionnelle obligatoire.



Adhérents ASTT
Manduel : gratuit

Adhérents gardois
hors ASTT
Manduel : 4€

Séances de
1h30

De 19h45 à 21h15

Entraînements
par des
éducateurs
diplômés du club
ASPCN Nîmes

17/09

• **Avant la journée 1 phase 1**

- "Reprise : L'importance de la tenue de balle et de la contre initiative "

15/10

• **Avant la journée 3 phase 1**

- " Les clefs de la remise de services "

12/11

• **Avant la journée 5 phase 1**

- "Savoir jouer contre un picot"

10/12

• **Avant la journée 7 phase 1**

- "Faire appel à son mental pour progresser et gagner"

4/02

• **Avant la journée 2 phase 2**

- " Comment gagner les points : connaitre ses forces et faiblesses et identifier celles de l'adversaire "

25/03

• **Avant la journée 4 phase 2**

- Les service, effet ou placement ? Surprendre ou insister ? "

15/04

• **Avant la journée 6 phase 2**

- " Tactique différente sur gauchers et droitiers"

Complexe sportif, 1891 Chemin de ST Paul 30129 MANDUEL

Renseignements et réservations 07-82-94-18-67