



ÉCOLE DE TENNIS QUARANTE-ZÉRO

Inscriptions : <https://www.villesblg.ca/loisirs-et-culture/activites/programmation-reguliere/>

Courriel : tennis40-0@outlook.com

Téléphone : 514-601-7400

PRINTEMPS 2025



ACTIVITÉS POUR LES JEUNES

LE PETIT TENNIS - *Nous prêtons gratuitement une raquette à tous les jeunes inscrits à nos activités.*

3 à 5 ans • Parents et jeunes enfants

Avec notre approche pédagogique, ils découvriront les bienfaits de l'activité sportive, mais plus particulièrement du tennis par le biais d'histoires et d'activités interactives. Les enfants seront appelés à faire preuve d'imagination et de créativité. Il s'agit donc d'une combinaison entre leçons et histoires, lesquelles sauront capter la fragile attention des tout-petits. La participation sans frais d'un parent est obligatoire pour ce groupe d'âge. *En cas de pluie, les cours seront reportés à la fin de chaque session.*

3-5 ans	Dimanche 9h15 à 10h00	11 mai au 1er juin (4 semaines)	Parc du Ruisseau
---------	-----------------------	---------------------------------	------------------



COURS ENFANTS - Nous prêtons gratuitement une raquette à tous les jeunes inscrits à nos activités.

6 à 14 ans • Débutants et intermédiaires

Nos cours de tennis ont pour but d'initier les jeunes et moins jeunes dans une ambiance conviviale et dynamique. Tous les joueurs apprendront graduellement les techniques et tactiques fondamentales pour devenir de plus en plus conformes et autonomes durant leurs matchs de tennis. *En cas de pluie, les cours seront reportés à la fin de chaque session.*

6 à 8 ans	Dimanche	10h00 à 11h00	11 mai au 1er juin (4 semaines)	Parc du Ruisseau
9 à 12 ans		11h00 à 12h00		
9 à 14 ans	Mardi	17h00 à 18h00	6 au 27 mai (4 semaines)	

ACTIVITÉS POUR LES ADULTES

COURS ADULTES

15 ans et plus • Débutants et intermédiaires

Quel que soit votre âge ou votre niveau, notre école de tennis vise avant tout à permettre à tous nos adultes de jouer un match de tennis dès le premier cours. Au cours de ce processus de jeu, les techniques et les tactiques fondamentales seront progressivement intégrées, permettant ainsi aux joueurs de gagner en conformité et en autonomie.

En cas de pluie, les cours seront reportés à la fin de chaque session.

15 ans +	Mardi	18h00 à 19h30	6 au 27 mai (4 semaines)	Parc du Ruisseau
	Mardi	19h30 à 21h00		

