



ÉCOLE DE TENNIS QUARANTE-ZÉRO

Saison 2025



Inscriptions et informations : www.tennis40-0.com

Courriel : tennis40-0@outlook.com

Téléphone : 514-601-7400

ACTIVITÉS POUR LES JEUNES

LE PETIT TENNIS

3 à 4 ans • Parents et jeunes enfants

Approche pédagogique servant à leur faire découvrir 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.*

PT1	Dimanche	13h15 à 14h00	18 mai au 8 juin (4 semaines)	Parc des Patriotes	46.64\$ +tx par session
PT2			24 août au 14 septembre (4 cours)		
PT3			19 octobre au 21 décembre (10 semaines)	École Madeleine-Brousseau	116.60\$ +tx



COURS ENFANTS

5 à 14 ans • Débutants et intermédiaires

Peu importe votre âge ou votre niveau, notre école de tennis a comme objectif principal de rendre tous nos jeunes, dès le premier cours, capables de jouer à quelque chose qui ressemble à un match de tennis. À même ce processus de match seront graduellement incorporées les techniques et les tactiques fondamentales qui rendront les joueurs plus « conformes » et autonomes.

En cas de pluie, les cours seront reportés à la fin de chaque session. Pour les sessions à la semaine, les reprises sont le vendredi.

E1	5 à 6 ans	Lundi	17h00 à 18h00	12 mai au 2 juin (4 semaines)	Parc des Patriotes	46.64\$ +tx par session
E2	7 à 8 ans		18h00 à 19h00			
E3	9 à 14 ans		19h00 à 20h00			
E4	6 à 8 ans	Dimanche	14h00 à 15h00	18 mai au 8 juin (4 semaines)		
E5	9 à 14 ans		15h00 à 16h00			
E6	6 à 8 ans	Mardi	15h00 à 16h00	1er juillet au 12 août (7 semaines)	Parc des Patriotes	81.62\$ +tx par session
E7	9 à 14 ans		16h00 à 17h00			
E8	6 à 8 ans	Lundi, mercredi & jeudi	8h30 à 10h30	23 juin au 26 juin (4h de cours sur 3 jours)		
E9	9 à 14 ans		10h30 à 12h30			
E10	6 à 8 ans	Lundi au jeudi	9h00 à 10h30	7 au 10 juillet (4 cours)	Parc des Patriotes	69.96\$ +tx par session
E11	9 à 14 ans		10h30 à 12h00			
E12	6 à 8 ans		9h00 à 10h30	21 au 24 juillet (4 cours)		
E13	9 à 14 ans		10h30 à 12h00			
E14	6 à 8 ans		9h00 à 10h30	4 au 7 août (4 cours)		
E15	9 à 14 ans		10h30 à 12h00			

AUTOMNE EXTÉRIEUR ET INTÉRIEUR						
E16	6 à 8 ans	Dimanche	14h00 à 15h00	24 août au 14 septembre (4 cours)	Parc des Patriotes	46.64\$ +tx par session
E17	9 à 14 ans		15h00 à 16h00			
E18	6 à 8 ans		14h00 à 15h00	19 octobre au 21 décembre (10 semaines)	École Madeleine-Brousseau (gymnase)	116.60\$+tx par session
E19	9 à 14 ans		15h00 à 16h00			

LIGUE JUNIOR INTERCITÉ 40 – 0

10 à 18 ans • Intermédiaires et avancés

Venez rejoindre les rangs des PATRIOTES ou des FORTS de Chambly et faire face aux autres équipes de la rive-sud! Vous aurez à chaque semaine deux entraînements de deux heures, un match interville ainsi qu'un match intra-équipe.

En cas de pluie, les activités seront reportées le vendredi. La carte d'accès est obligatoire.

HORAIRE					
<i>* Les heures sont sujets à changements selon le nombre de participants et les activités inter-ville</i>					
Lundi & mardi	2h d'entraînement	23 juin au 15 août (8 semaines)	Entre 13h00 et 15h00	Parc des Patriotes *50% chez les adversaires pour les matchs	282.66\$ +tx
Mercredi	Matchs Intercités		Entre 12h00 et 17h00		
Jeudi	Matchs Locaux		Entre 13h00 et 15h00		
Vendredi	Reprises de pluie		Entre 12h00 et 17h00		



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.

A1	Mercredi	18h00 à 19h30	14 mai au 4 juin (4 semaines)	Parc des Patriotes	86.52\$ +tx par session
A2		19h30 à 21h00			

LIGUES LOCALES POUR ADULTES

15 ans et plus • Intermédiaires et avancés

Pour ceux et celles qui recherchent des matchs organisés à chaque semaine par un entraîneur certifié (celui-ci jouera avec vous lorsque requis).

- Pour joueurs de niveaux 2.0 à 4.5
- Classement individuel hebdomadaire en ligne
- Ligue de simple à raison de 1h20 par semaine
- Balles fournies
- En cas de pluie, les matchs seront remis à la fin de la saison
- Carte d'accès obligatoire

LA1	Mardi *Possibilité de jouer dorénavant le jeudi	Entre 18h00 à 22h00	27 mai au 12 août (12 semaines)	Parc des Patriotes	124.37\$ +tx
-----	---	---------------------	---------------------------------	--------------------	--------------