



Printemps & été 2025



SAINTE-JULIE

ÉCOLE DE TENNIS QUARANTE-ZÉRO

Inscriptions et informations : www.tennis40-0.com

Courriel : tennis40-0@outlook.com

Téléphone : 514-601-7400

ACTIVITÉS POUR LES JEUNES

LIGUE JUNIOR 40 – 0

9 à 18 ans • Intermédiaires et avancés

Venez rejoindre les rangs des SPARTIATES ou des VIKINGS de Sainte-Julie 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.

LJ1	Lundi et mardi	Entraînement *2h par équipe	23 juin au 15 août (8 semaines)	Entre 12h00 et 16h00	Parc Jules-Choquet 50% chez les adversaires pour les matchs Intercités	325\$
	Mercredi	Matchs Intercités		Entre 12h00 et 17h00		
	Jeudi	Matchs locaux		Entre 12h00 et 16h00		
	Vendredi	Reprise de pluie *Au besoin seulement		Entre 12h00 et 17h00		



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

5 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 * Le vendredi pour les sessions à la semaine.*

E1	5 à 7 ans	Samedi 9h00 à 10h00	17 mai au 7 juin (4 semaines)	Parc Edmour-J-Harvey	59\$ / session
E2	8 à 9 ans	Samedi 10h00 à 11h00			
E3	10 à 14 ans	Samedi 11h00 à 12h00			
E4	5 à 7 ans	Lundi 15h00 à 16h00	30 juin au 4 août (6 semaines)	Parc Jules-Choquet	85\$ / session
E5	8 à 9 ans	Lundi 16h00 à 17h00			
E6	10 à 14 ans	Lundi 17h00 à 18h00			
E7	5 à 7 ans	Lundi au jeudi 9h00 à 10h00	14 au 18 juillet (4 jours)	Parc Edmour-J-Harvey	59\$ / session
E8	8 à 9 ans	Lundi au jeudi 10h00 à 11h00			
E9	10 à 14 ans	Lundi au jeudi 11h00 à 12h00			
E10	5 à 7 ans	Lundi au jeudi 9h00 à 10h00	18 août au 22 août (4 jours)		
E11	8 à 9 ans	Lundi au jeudi 10h00 à 11h00			
E12	10 à 14 ans	Lundi au jeudi 11h00 à 12h00			

CAMP DE JOURS DE TENNIS * Pour le camp de tennis, les inscriptions se font directement avec la ville.

7 à 13 ans • Débutants et intermédiaires

Offrez aux jeunes l'opportunité d'acquérir ou de perfectionner leurs compétences techniques et tactiques grâce à des cours quotidiens et à des matchs de tennis amicaux. Enrichissez leur expérience avec des activités telles que des baignades, des mini-tournois et des activités extérieures. *En cas de pluie, le tennis aura lieu dans le gymnase de l'école.*

S1	Tennis spécialisé 1h30 Am & 1h30 Pm	Lundi au vendredi	7 au 11 juillet	Parc Jules-Choquet
S2	Activité d'animation 1h30 Am & 1h30 Pm		Service de garde 6h45 à 9h00 & 15h30 à 18h00	
S3		4 au 8 août		
S4	Piscine 1h30 Pm - 2 à 3 fois par semaine	11 au 15 août		



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	Cours débutant	Mercredi 19h00 à 20h30	14 mai au 4 juin (4 semaines)	Parc Jules-Choquet	88\$ / session
A2	Cours intermédiaire	Mercredi 20h30 à 22h00			

LIGUES ADULTES EN DOUBLE

15 ans et plus • Intermédiaires et avancés

Pour les joueurs de niveaux intermédiaire et avancé (2.5 à 4.5) qui désirent se mesurer aux joueurs de tennis locaux de la municipalité. Les joueurs inscrits seront évalués dès la première séance. Un classement sera mis à jour chaque semaine.

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

Ligue de double	Lundi entre 19h00 et 22h00	9 juin au 11 août (10 semaines)	Parc Jules-Choquet	124\$
-----------------	----------------------------	---------------------------------	--------------------	-------

LIGUES ADULTES EN SIMPLE

15 ans et plus • Intermédiaires et avancés

Pour les joueurs de niveaux intermédiaire et avancé (2.5 à 4.5) qui désirent se mesurer aux joueurs de tennis locaux de la municipalité. Les joueurs inscrits seront évalués dès la première séance. Un classement sera mis à jour chaque semaine.

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

Ligue de simple	Mercredi entre 18h00 et 22h00	11 juin au 13 août (10 semaines)	Parc Jules-Choquet	180\$
-----------------	-------------------------------	----------------------------------	--------------------	-------