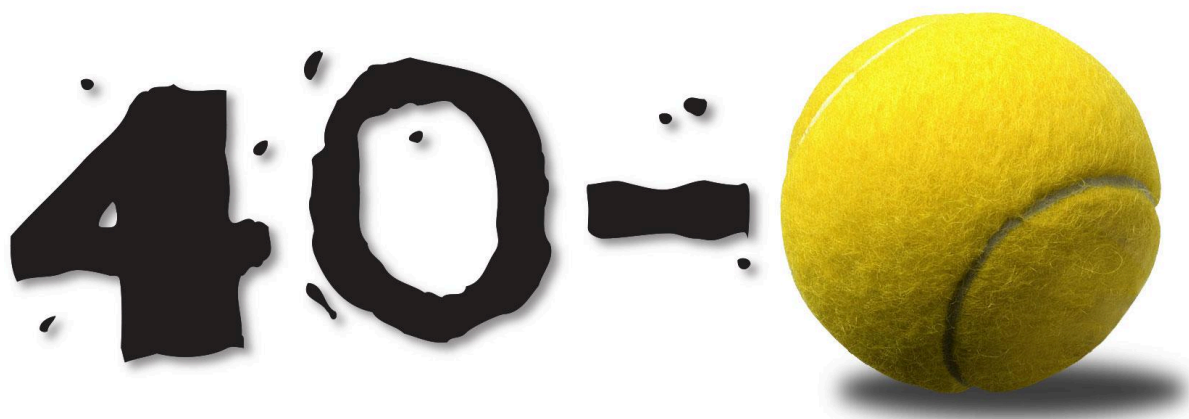


# SESSION AUTOMNE 2024



## ÉCOLE DE TENNIS QUARANTE-ZÉRO

### Activités extérieures

LONGUEUIL : Dimanche - 24 août au 21 septembre

CANDIAC : Samedi - 8 au 21 septembre

SAINT-BRUNO : Samedi - 7 au 28 septembre

### Activités intérieures

BELOEIL : Samedi - 12 octobre au 14 décembre

BLAINVILLE : Dimanche - 15 septembre au 24 novembre

CANDIAC : Samedi - 20 octobre au 8 décembre

CHAMBLY : Dimanche - 13 octobre au 15 décembre

LONGUEUIL : Dimanche - 13 octobre au 15 décembre

LAPRAIRIE : Samedi - 7 septembre au 21 décembre

SAINT-BRUNO : Samedi - 12 octobre au 14 décembre

SAINTE-JULIE : Samedi - 12 octobre au 14 décembre

SAINT-LÉONARD : Dimanche - 22 septembre au 24 novembre

#### **PETIT TENNIS**

L'activité Petit tennis est pour les enfants de 3-5 ans. 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.

#### **ROLAND GARROCHE**

Le Roland Garroche est une activité familiale de mini tennis en gymnase. Cette ligue est ouverte à tous les âges ainsi qu'à tous les niveaux de jeu (débutant à avancé). Nos coaches certifiés offrent leur expertise pour aider les joueurs à affiner leur technique durant leurs matchs. Grâce à la taille réduite du terrain et de l'utilisation de balles mousses, cette activité exige un effort cardio considérable. Le RG incarne un espace d'apprentissage, de mise en forme cardiovasculaire et d'amélioration continue, le tout dans une ambiance conviviale et familiale.

#### **COURS JUNIORS**

Nos cours de tennis ont pour but d'initier les jeunes et moins jeunes entre 6 à 14 ans et ce, 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.



Inscription et informations avec l'École de tennis 40-0  
 Inscription dès maintenant ! <https://tennis40-0.com/ville/Longueuil>

Petit tennis	3-5 ans	9h15 à 10h00	Samedi	24 août au 21 septembre (4 semaines) *Congé le 7 sept.	Parc Catherine-Primot (terrains extérieurs)
Cours enfants	6-8 ans	10h00 à 11h00			
	9-14 ans	11h00 à 12h00			
Post-Ligue junior	9-18 ans	12h00 à 13h30	Jeudi	29 août au 26 septembre (4 semaines) *Congé le 5 sept.	
Cours adultes	15 ans +	17h30 à 19h00			
		19h00 à 20h30			
		20h30 à 22h00			
Petit tennis	3-5 ans	9h45 à 10h30	Dimanche	13 octobre au 15 décembre (10 semaines)	Collège Français (secondaire)
Roland Garroche	6-100 ans	10h30 à 11h30			
		11h30 à 12h30			
		12h30 à 13h30			



**CHAMBLY**

Inscription et informations avec l'École de tennis 40-0  
 Inscription dès maintenant ! <https://tennis40-0.com/ville/Chambly>

Petit tennis	3-5 ans	13h15 à 14h00	Dimanche	13 octobre au 15 décembre (10 semaines)	École Bourgogne
Cours enfants	6-8 ans	14h00 à 15h00			
	9-14 ans	15h00 à 16h00			



# CANDIAC

Inscription et informations supplémentaires avec la ville <https://candiac.ca/>

Inscription extérieures : 3 septembre 9h / Non résident 26 août 9h

Inscription intérieures : 3 septembre 12h / Non-résident 9 septembre 9h

Petit tennis	3-5ans	8h30 à 9h15	Dimanche	8 au 29 septembre (4 semaines)	Parc Montcalm
Cours enfants	6-7 ans	9h15 à 10h00			
	8-9 ans	10h00 à 11h00			
	10-14 ans	11h00 à 12h00			
Cours adultes	15 ans +	18h00 à 20h00	Mardi	10 septembre au 1er octobre	
Petit tennis	3-4 ans	8h30 à 9h15	Dimanche	20 octobre au 8 décembre (10 semaines)	École Fernand-Séguin
Cours enfants	5-6 ans	9h15 à 10h00			
	7-8 ans	10h00 à 11h00			
	9-14 ans	11h00 à 12h00			



Inscription et informations supplémentaires avec la ville <https://stbruno.ca>

Ouverture des inscriptions pour les résidents: Mercredi 21 août

Petit tennis	3-5 ans	9h15 à 10h00	Samedi	7 au 28 septembre (4 semaines)	Parc Bisailon (extérieur)
Cours enfants	6-8 ans	10h00 à 11h00			
	9-14 ans	11h00 à 12h00			
Petit tennis	3-5 ans	9h15 à 10h00		Samedi	12 octobre au 14 décembre (10 semaines)
Cours enfants	6-8 ans	10h00 à 11h00			
	9-14 ans	11h00 à 12h00			



Inscription et informations avec la ville <https://beloeil.ca/>  
 Ouverture des inscriptions pour les résidents: 4 septembre 9h  
 Ouverture des inscriptions pour les résidents de Saint-Hilaire: 5 septembre 9h  
 Ouverture des inscriptions pour les non-résidents: 6 septembre 9h

Petit tennis	3-5 ans	9h15 à 10h00	Samedi	12 octobre au 14 décembre (10 semaines)	Au centre des loisirs
Cours enfants	6-8 ans	10h00 à 11h00			
	9-14 ans	11h00 à 12h00			



## SAINTE-JULIE

Inscription et informations avec l'École de tennis 40-0  
 Inscription dès maintenant ! <https://tennis40-0.com/ville/Sainte-Julie>

Petit tennis	3-5 ans	13h15 à 14h00	Samedi	12 octobre au 14 décembre (10 semaines)	École l'Arpège
Cours enfants	6-8 ans	14h00 à 15h00			
	9-14 ans	15h00 à 16h00			



# Blainville



Inscription et informations supplémentaires avec la ville <https://blainville.ca/>

Ouverture des inscriptions pour les résidents: À venir

Ouverture des inscriptions pour les non-résidents: À venir

Petit tennis	3 à 5 ans	13h15 à 14h00	Dimanche	15 septembre au 24 novembre (10 semaines)	École Henri-Dunant
Cours enfants	6 à 7 ans	14h00 à 15h00			
Roland Garroche	8 ans et +	15h00 à 16h00			
		16h00 à 17h00			
		17h00 à 18h00			



## Collège JEAN DE LA MENNAIS



Inscription et informations supplémentaires avec le Collège

Veillez contacter le Collège pour tous les détails. <https://jdjm.qc.ca/>

Petit tennis	3-4 ans	10h30 à 11h15	Samedi	7 septembre au 26 octobre *Congé le 19 octobre	Collège Jean de la Mennaie
	5-6 ans	11h15 à 12h00			
Roland Garroche	7-100 ans	12h00 à 13h00			
Petit tennis	3-4 ans	10h30 à 11h15	Samedi	2 novembre au 21 décembre (7 semaines) *Congé le 30 novembre	
	5-6 ans	11h15 à 12h00			
Roland Garroche	7-100 ans	12h00 à 13h00			

 Saint-Léonard  
**Montréal** 



Inscription et informations avec l'École de tennis 40-0  
Inscription à venir... !

<https://tennis40-0.com/ville/Saint-L%C3%A9onard>

Petit tennis	3 à 5 ans	13h45 à 14h30	Dimanche	22 septembre au 24 novembre (10 semaines)	École Gabriel-Roy
Roland Garroche	6 à 8 ans + adultes	14h30 à 15h30			
	9 à 14 ans + adultes	15h30 à 16h30			

---