



# Omschrijving stages

## Jeugd stages:

Onze jeugdstage is een stage bestaande uit tennis en omnisport of crea. Deze jeugd stages zijn voor Multi Skillz spelers, Wit, Blauw, Rood, Oranje, Groen en Geel

Wit en Multi Skillz: coördinatie oefeningen in functie van Tennis. Leeftijd: kleuters (3 tot 6 jaar)

Blauw: De eerste stappen in Tennis. Leeftijd kleuters (3 tot 6 jaar)

Rood: Je leert je eerste rally spelen. Leeftijd 6 tot 8 jaar

Oranje: Je leert hier al zelfstandig een wedstrijd spelen. Leeftijd 8 en 9 jarigen

Groen: Kinderen spelen al op een 21m veld en leren zelfstandig een wedstrijd spelen. Leeftijd 10- en 11 jarigen

Geel: Spelen al met gele ballen op een volledig terrein. Leeftijd 12 tot 18 jaar

Er is een vooropvang voorzien om 8.30u en een na opvang tot 17.00u

Een dagindeling ziet er als volgt uit :

9.15u: Tennis of Omnisport(crea )

10.30u: Pauze

10.45u: Tennis of Omnisport(crea )

12.00u: Middagpauze

13.15u: Tennis of Omnisport(crea )

14.30u: Pauze

14.45u: Tennis of Omnisport (crea)

16.00u: Einde

### **Kostprijs:**

Leden

Volledige week: 125 euro

Dagprijs: 30 euro

Halve dag: 15 euro

Niet leden

Volledige week: 145 euro

Dagprijs: 35 euro

Halve dag: 20 euro

### **Racketstages:**

Onze jeugdstage is een stage bestaande uit Tennis en Padel. Deze jeugd stages zijn voor Multi Skillz spelers, Wit, Blauw, Rood, Oranje, Groen en Geel

Wit en Multi Skillz: coördinatie oefeningen in functie van Tennis en Padel. Leeftijd: kleuters (3 tot 6 jaar)

Blauw: De eerste stappen in Tennis en Padel . Leeftijd kleuters (3 tot 6 jaar)

Rood: Je leert je eerste rally spelen. Leeftijd 6 tot 8 jaar

Oranje: Je leert hier al zelfstandig een wedstrijd spelen. Leeftijd 8 en 9 jarigen

Groen: Bij tennis spelen de kinderen al op een 21m veld en leren zelfstandig een wedstrijd spelen. Bij padel gaan ze al naar het volledige terrein. Leeftijd 10- en 11-jarigen

Geel: Spelen al met gele ballen op een volledig terrein. Leeftijd 12 tot 18 jaar

Er is een vooropvang voorzien om 8.30u en een na opvang tot 17.00u

Een dagindeling ziet er als volgt uit:

9.15u: Tennis

10.30u: Pauze

10.45u: Padel

12.00u: Middagpauze

13.15u: Tennis

14.30u: Pauze

14.45u: Padel

16.00u: Einde

### **Kostprijs:**

Leden

Volledige week: 125 euro

Dagprijs: 30 euro

Halve dag: 15 euro

Niet leden

Volledige week: 145 euro

Dagprijs: 35 euro

Halve dag: 20 euro

### **Interclubstage:**

Onze interclubstage is een stage gericht naar de interclubspelers en competitiespelers. De accenten in de stage liggen meer op de juiste tactische beslissingen nemen in enkel en dubbel.

Een dagindeling ziet er als volgt uit :

9.15u : Tennis

10.30u : Pauze

10.45u : Conditie

12.00u : Middag pauze

13.15u : Enkel of dubbel wedstrijden

14.30u : Pauze

14.45u : Conditie

16.00u : Einde

Kostprijs: 125 euro