



ABCP BOULOGNE SUR MER



# Stage Août 2022

*Du 22 au 26  
Août 2022*



**EVER GO**  
ÉTAPLES / SAINT-MARTIN-BOULOGNE

Parc de jeux gonflables  
Football - Fitness - Spa  
Padel Club - Badminton

# Stage de Rentrée

**Du lundi 22 aout au vendredi 26 aout 2022**

- Option A** Je participe au stage (gratuit pour Samer et ABCP) mais sans Evergo  
**Option B** Je participe au stage à la semaine pour extérieur : 20 Euros (sans Evergo)  
**Option C** Je participe à l'activité EVERGO : **25 euros** (Samer, ABCP et extérieur)  
**Option D** Je participe à la journée **5 euros** par extérieur (sans Evergo)

Cochez la ou les cases correspondantes

NOM et Prénom	Club	A	B	C	D

TOTAL:

Cocher les jours concernés :

Lundi 22	Mardi 23	Mercredi 24	Jeudi 25	Vendredi 26

Toutes les pré inscriptions seront à envoyer à [prince.tony@wanadoo.fr](mailto:prince.tony@wanadoo.fr) ou sur <https://abcp-boulogne-sur-mer.kalisport.com/>

Le paiement, du stage ou des activités d'Evergo, se fera le lundi 22 aout 2022 sur place.

	Horaires du stage
<b>JOURS</b>	<b>Salle MAZURIER</b>
<b>Lundi 22</b>	De 9h00 à 17h00
<b>Mardi 23</b>	De 9h00 à 17h00
<b>Mercredi 24</b>	De 9h00 à 17h00
<b>Jeudi 25</b>	De 9h00 à 17h00
<b>Vendredi 26</b>	De 9h00 à 17h00

## Les Activités EVERGO

**Activités EVERGO : Mercredi 24 aout 2022 de 14h00 à 17h00**

**3 Activités : ESCALADE – Kart à pédales - BADMINTON**

## **Présentation**

L'accueil des stagiaires est prévu le lundi 22 aout 2022 à 9h00 salle Mazurier rue Léo Lagrange sur Boulogne sur Mer. Fin de stage le vendredi 26 aout 2022 à 17h00. Le stage sera payant pour les extérieurs 20 euros à la semaine ou 5 euros à la journée. Rajouter 25 euros pour l'ensemble des stagiaires pour les activités EVERGO.

## **2 Activités**

L'activité principale est le Tennis de table, la seconde en partenariat avec la société EVER GO.

Ce stage est adapté à tous les âges et tous les niveaux des stagiaires. Structuré, il a pour but de faire découvrir le tennis de table mais aussi de perfectionner les plus aguerris.

Les temps forts de ce stage seront basés sur la TECHNIQUE (services , remises, travail technique aux paniers de balles, intensité, déplacement en rythme), le PHYSIQUE (réveil musculaire, circuit training, circuit abdominal, circuit spécifique sur les déplacements), le MENTALE (se fixer des objectifs à l'entraînement comme en compétition)

En nouveauté et en partenariat avec la société d'animation EVER GO, nous vous proposons le mercredi 24 aout 2022 de 14h00 à 17h00 les animations suivantes: ESCLADE, BADMINTON et KART à pédales pour la somme de 25 euros (prix partenaire). Le covoiturage sera le bienvenu. Les joueurs ne désirant pas y participer, un entraînement sera programmé à la salle.

## **Le Public**

Stage ouvert à tous du non classé aux numérotés, des loisirs aux compétiteurs de toutes les catégories.

## **A prévoir**

2 T-shirts, serviette, bouteille d'eau, raquette, basket d'intérieur et d'extérieur, le repas du midi et le gouter.

Le vendredi midi sur la base du volontariat (prévoir de l'argent), il est possible de se rendre à la friagerie sous la responsabilité des entraîneurs.

## Fiche d'inscription

( à rendre ou à renvoyer à votre entraineur ou se pré inscrire sur Kalisport pour ABCP)

# Stage de Rentrée 2022 Du lundi 22 au vendredi 26 aout 2022

Lieu : Salle Mazurier rue Léo Lagrange Boulogne sur Mer

Nom :..... Prénom :..... Date de Naissance) :.....

Adresse :.....

CP :..... Ville :.....

Téléphone : ..... /..... /..... /..... /..... Portable :..... /..... /..... /..... /.....

Droit d'image sur le site des clubs : OUI NON

Je fais un stage découverte OUI NON

Je suis un(e) loisirs : OUI NON Classement :

Je suis un(e) compétiteur(rice) : OUI NON Classement :

### Personne à contacter en cas d'accident

Nom : Prénom :

Adresse :

Téléphone :

---

### Autorisation Parentale

Je, soussigné..... autorise mon fils, ma fille à participer au stage organisé par le SAMER TT et l'ABCP Boulogne sur Mer.

Autorise l'entraineur du club correspondant à prendre toutes les décisions d'hospitalisation qui s'imposent.

Fait à le / /

Le chèque est à libeller à l'ordre **de l'ABCP**