



# SUMMER PING 2021



**LE GRAND RETOUR DU PING !**  
**POUR TOUS LES NIVEAUX ET TOUS LES ÂGES**



Ligue du Grand Est  
de Tennis de Table

**23 AU 27 AOUT**

**PONT-A-MOUSSON**

# LE PROGRAMME



## Activités ping communes à tous

- Activités ping communes à tous
- Jusqu'à 6 heures de ping par jour
- Perfectionnement de votre technique
- Apprentissage de nouveaux coups
- Optimisation de votre système de jeu
- Préparation pour la nouvelle saison
- Tournoi final avec lots WACK SPORT offerts

## Activités sportives ou détente à la carte

- Fun (Bowling, Laser Game) ➡ Chaque jour à partir de 16h30
- Nautique (Canoë)
- Baignade (Piscine)
- Sports collectifs (Football, basket, ...)
- "Plus de ping" (travail individualisé ou ping sous des formes originales)



## JOURNÉE TYPE

9h/10h : Fit Ping Tonic, Circuit Training ou travail de service

10h/12h : Séance TT à thème (rythme/déplacement...)

Pause déjeuner

14h/16h : Séance TT (schèmes de jeu, technique...)

Pause goûter

16h30/18h30 : Activités à la carte

Pause dîner

20h/21h30 : Jeux à l'internat

# BULLETIN D'INSCRIPTION

**Nom :**

**Prénom :**

**Age :**

**Adresse :**

**Téléphone :**

**E-mail :**

**N° de licence :**

**Classement :**

**Club :**

**S'inscrit en :**

**Formule 1 – pension complète : 320 €**  
Ci-joint un acompte de 100 €

**Formule 2 – demi-pension : 200 €**  
Ci-joint un acompte de 50 €

**Pour une bonne organisation, indiquez ci-dessous si vous souhaitez participer aux activités suivantes :**

**BOWLING : OUI – NON**

**CANOÉ : OUI – NON**

# REJOIGNEZ-NOUS !

Bulletin à retourner avant le 23 juillet 2021 à :

Ligue du Grand Est de Tennis de Table

13 rue Jean Moulin

CS 70001 – 54510 TOMBLAINE

03 83 18 87 87 – [contact@lgett.fr](mailto:contact@lgett.fr)

# INFORMATIONS PRATIQUES

## Conditions d'inscription

---

**Le nombre de places étant limité, les demandes seront prises dans l'ordre d'arrivée et votre inscription ne sera définitive qu'après confirmation. Le stage est ouvert à tous les niveaux et tous les âges.**

**Nous nous réservons le droit d'annuler le stage au cas où le nombre d'inscrits serait insuffisant ou pour toute autre raison majeure.**

## Règlement du stage

---

**Votre acompte (obligatoire à l'inscription) et le solde (qui sera à verser à votre arrivée au stage) ne seront encaissés qu'en fin de stage.**

**Les chèques vacances sont acceptés.**

**En cas de désistement moins d'une semaine avant le début du stage, l'acompte sera retenu.**

## Les installations

---

**Le CFA BTP de Pont-à-Mousson – 1 rue Nicolas Pierson, nous permet de vous accueillir dans des conditions optimales, puisque tous les services sont regroupés en un même lieu : infrastructures sportives, restauration/traiteur, hébergement de qualité.**

## L'équipe d'encadrement

---

**Le responsable du stage sera Guillaume KRATZ, Agent de Développement Territorial de la Ligue du Grand Est de Tennis de Table.**

**Il sera accompagné de plusieurs cadres diplômés fédéraux.**

## Nos partenaires

---

**Crédit Mutuel**

**WACK**  
www.wsport.com **SPORT**

 **AGENCE  
NATIONALE  
DU SPORT**

**Grand Est**  
ALSACE CHAMPAGNE-ARDENNE LORRAINE