

TMC COUNTRY CLUB AIXOIS



2 tournois
>12-13-14 juillet
>19-20-21 juillet



Le Country Club Aixois

Les TMC* se jouent au sein du Country Club Aixois à Aix en Provence



***Les TMC sont des Tournois Multi-Chance où chaque compétiteur joue 4 ou 5 matchs à son classement**

Adresse

1195 Chemin des Cruyes, 13090 Aix-en-Provence



Infrastructures

13 terrains extérieurs
(5 terre battue, 3 résine, 3 terre battue synthétique, 2 gazon synthétique)
5 terrains couverts (résine)
1 restaurant haut de gamme
4 padels
2 squash
1 salle de Gym
1 kinésithérapeute





Calendrier des TMC

Eté 2019

**Vendredi 12 – Samedi 13 –
Dimanche 14 juillet**

T32 **Garçons** 15/18 ans – Cut 5/6 à 2/6

T16 **Filles** 15/18 ans – Cut 15 à 3/6

T16 **Garçons** 11/14 ans – Cut 15/2 à 5/6

**Vendredi 19 – Samedi 20 –
Dimanche 21 juillet**

T32 **Garçons** 15/18 ans – Cut 5/6 à 2/6

T16 **Filles** 15/18 ans – Cut 15 à 3/6

T16 **Garçons** 11/14 ans – Cut 15/2 à 5/6

Inscription: 28€ par tournoi

Format du tournoi: format 2 (3^{ème} set remplacé par un super tie-break)

Surface: Dur extérieur + intérieur

T32 (5 matchs): 1 match vendredi +
2 samedi + 2 dimanche

T16 (4 matchs): 1 match vendredi +
2 samedi + 1 dimanche



Fiche d'inscription TMC

Dates choisies

- **Vendredi 12 – Samedi 13 – Dimanche 14 juillet 2019**

- T32 Garçons 15/18 ans – 5/6 à 2/6
- T16 Filles 15/18 ans – 15 à 3/6
- T16 Garçons 11/14 ans – 15/2 à 5/6

- **Vendredi 19 – Samedi 20 – Dimanche 21 juillet 2019**

- T32 Garçons 15/18 ans – 5/6 à 2/6
- T16 Filles 15/18 ans – 15 à 3/6
- T16 Garçons 11/14 ans – 15/2 à 5/6

Fiche d'identité

Nom: _____ Prénom: _____

Date de naissance: __/__/__

N° Licence: _____ Classement: _____

Club: _____

Email: _____

Téléphone: _____

Adresse complète: _____

Engagement TMC : 28€ par TMC

Fiche à nous retourner complétée (par mail ou courrier) avec un chèque à l'ordre de
TMA



Fiche d'inscription TMC + Stage

Dates choisies

• **Semaine du 8 juillet 2019 (8 – 14 juillet) – 690€**

- Garçons 15/18 ans – 5/6 à 2/6
- Filles 15/18 ans – 15 à 3/6
- Garçons 11/14 ans – 15/2 à 5/6

- Option hébergement semaine (300 euros)

• **Semaine du 15 juillet 2019 (15- 21 juillet) – 690€**

- Garçons 15/18 ans – 5/6 à 2/6
- Filles 15/18 ans – 15 à 3/6
- Garçons 11/14 ans – 15/2 à 5/6

- Option hébergement semaine (300 euros)

Fiche d'identité

Nom: _____ Prénom: _____

Date de naissance: __/__/__

N° Licence: _____ Classement: _____

Club: _____

Email: _____

Téléphone: _____

Adresse complète: _____

Contact référent (nom + téléphone): _____

Fiche à nous retourner complétée (par mail
ou courrier) avec un chèque à l'ordre de
TMA



Stage + TMC (1/3)

- **Une formule de stage qui s'adapte pleinement aux besoins des jeunes classés seconde série** : une semaine d'entraînement dédiée à la préparation du tournoi multi-chances (TMC) encadrée par une équipe de professionnels
- Pour qui?
 - filles et garçons entre 15 & 18 ans / classement 15 à 3/6 (filles) et 5/6 à 2/6 (garçons)
 - garçons entre 11 et 14 ans / classement 15/2 à 5/6
- Durée: 1 semaine
- Les +:
 - 1 entraîneur pour 4 joueurs maximum
 - 1 préparation adaptée (tennis, mental, physique) dans des conditions du haut niveau
 - 1 tournoi avec minimum 4 matchs

NOUVEAUTÉ

(2/3)

Le stage comprend :

- les entrainements tennis selon le planning prédéfini
- une préparation mentale intégrée axée sur la concentration
- une analyse technique pour quelques améliorations pour bien se préparer
- les repas dans le restaurant « Les terrasses du Country » du lundi au dimanche
- une analyse vidéo avant et pendant le tournoi
- l'accompagnement et le coaching pendant le tournoi

En option : hébergement du lundi au samedi en famille d'accueil avec chambre indépendante ; possibilité 2 joueurs – 300€/ semaine / joueur

"Un camp de tennis de classe mondiale dans une région de folie"...

Valentin Poterlot 2/6

"Avoir la chance de jouer dans ce genre d'endroit dans le sud de la France: pas de mots!"

Romain Antaramian 3/6

"Ce camp de tennis propose des services professionnels, comme une préparation mentale qui nous tient à cœur"...

Mathieu Canzano 15

690 euros/ semaine

Programme prévisionnel

(3/3)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
09:00	MONTEE SAINTE VICTOIRE	PREPARATION MENTALE	PREPARATION MENTALE	PREPARATION MENTALE	PREPARATION MENTALE	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL
10:30	SAINTE VICTOIRE (cohésion groupe)	TENNIS (CONCENTRATION)	TENNIS (CONCENTRATION)	TENNIS (TIMING/ DEPLACEMENT)	TENNIS (TIMING/ DEPLACEMENT)	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL
13:00	REPAS	REPAS	REPAS	REPAS	REPAS	REPAS	REPAS
14:00	MATCH D'ENTRAINEMENT	MATCH D'ENTRAINEMENT	MATCH D'ENTRAINEMENT	MATCH D'ENTRAINEMENT	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL
15:30					TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL
16:30	PHYSIQUE	PHYSIQUE	PHYSIQUE	PHYSIQUE	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL
17:30	FIN DU STAGE	FIN DU STAGE	FIN DU STAGE	FIN DU STAGE	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL	TOURNOI OFFICIEL

Equipe encadrante

Rodolphe Cadart (entraînement + tournoi)

Bruno Clement (entraînement + tournoi)

José Doutre (entraînement + tournoi)

Je réserve mon stage



Contact



Inscription TMC ou Stage + TMC

Rodolphe Cadart

Responsable

06 62 37 49 58

cadart.rodolphe@wanadoo.fr