



ASPC Tennis Nîmes de Table

Complexe sportif Saint Stanislas
Chemin de la Cigale - 30900 Nîmes
Tél : 04.66.06.04.90 Port : 06.78.68.51.04
www.aspcn.fr

Horaires d'entraînements 2016/2017

- ✓ 4 ans à 6 ans (nés en 2010 et plus)
 - Mardi 18h-19h et Jeudi 18h-19h
 - Mercredi 10h-11h (écoles privées...)
 - Sur ces deux créneaux, possibilité de jouer une heure en suivant avec l'adulte accompagnateur.

- ✓ 7-8 ans et 9-10 ans (nés en 2006, 2007, 2008 et 2009)
 - Mardi 18h-19h30
 - Mercredi 13h30-15h
 - Attention, si pas possible le mardi : Test mercredi 16h30-18h

- ✓ 11-12 ans et 13-14 ans (nés en 2002, 2003, 2004 et 2005)
 - Mercredi 15h-16h30 : Suivant niveau
 - Mercredi 16h30-18h : Suivant niveau
 - Vendredi 18h-19h30

- ✓ 15-16-17-18 ans (nés en 1998, 1999, 2000 et 2001)
 - Lundi 18h15-20h15 (Entraînement équipes départementales à régionale 1)
 - Mardi 19h30-21h30 (Loisir adulte)
 - Mercredi 15h-16h30 ou 16h30-18h (Loisir jeune)
 - Mercredi 20h-22h (Loisir adulte)
 - Vendredi 19h30-21h30 (Loisir adulte)

- ✓ 19 ans et plus (nés en 1997 et plus)
 - Lundi 18h15-20h15 (Entraînement équipes départementales à régionale 1)
 - Mardi 19h30-21h30 (Loisir adulte)
 - Mercredi 20h-22h (Loisir adulte)
 - Vendredi 19h30-21h30 (Loisir adulte)

- ✓ Public féminin... mais pas que...
 - Samedi 10h30-12h (Fit Ping Tonic)