

Comité Départemental des Alpes du Sud



JOURNEE DES FEMININES

La commission sportive du Comité Départemental des Alpes du Sud convie les féminines des départements 04 et 05, joueuses licenciées FFTT en compétition ou en loisirs, à une journée qui leur est exclusivement réservée le :

Mercredi 11 novembre 2026

A la

Salle Polyvalente Gilbert Cordier

Le Village

04860 PIERREVERT

Cette journée sera animée par Chloé DEJEUX, diplômée BPJEPS

9h30 – Accueil des participantes – Café – Présentation de la journée

10h00 – 12h30 – Réveil musculaire – pratiques techniques et pédagogiques (travail de coordination, d'acuité visuelle, de régularité et de correction de posture)

12h30 – 14h00 Pause déjeuner

14h00 – 16h30 – Travail spécifique par pôles/ateliers

16h30 – 17h – Bilan de la journée, échanges...

INSCRIPTION JUSQU'AU DIMANCHE 8 NOVEMBRE 2026

Auprès de Marie-Cécile Lainé par mail à

marie-cecile.laine@hotmail.com

Pour plus d'informations par tel 0685537331

Frais de participation : 8€ pour le stage

Repas tiré du sac, chacune apporte quelque chose à partager

Règlement sur place
