

# TENNIS DE TABLE

Enfants à partir de 3 ans, adultes, seniors et sport-santé

La section Tennis de Table vous offre, quels que soient votre niveau ou votre âge, la possibilité de progresser grâce aux entraîneurs présents durant toutes les séances. Vous pourrez le pratiquer en loisir ou compétition, seul, entre amis ou famille. Convivial, c'est l'activité pour tous !



© Ludovic LE GUYADER

## HORAIRES

Catégories	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Baby ping 3/4 ans, nés entre 2022 et 2023			9h30-10h15			9h30-10h15
Mini Pong 5/6 ans, nés entre 2020 et 2021			15h15-16h			10h30-11h15 11h30-12h15
Jeunes 7/11 ans, nés entre 2015 et 2019	17h30-19h	17h30-19h	10h30-12h 13h30-15h		17h30-19h	9h30-11h 11h-12h30
Jeunes 12/15 ans, nés entre 2011 et 2014	17h30-19h	17h30-19h	13h30-15h		17h30-19h	9h30-11h 11h-12h30
Ados 15/17 ans et adultes loisirs et compétition, nés en 2011 et avant	12h-13h30 19h-20h30 20h30-22h30	12h-13h30 21h-22h30 créneau jeu libre	12h-13h30	12h-13h30 18h-19h30 ouvert ados 19h30-21h 21h-22h30	12h-13h30 19h-20h30	
Adultes loisir journée, nés en 2008 et avant		13h30-15h30	12h-13h30		10h-12h	
Sport santé	19h-20h30 20h30-22h30	12h-13h30 13h30-15h30			10h-12h 12h-13h30	

## ADHÉSIONS (dont licence FFTT)

- > **Baby-Ping et Mini-Pong**, un entraînement de 45 minutes par semaine au choix : **125€**
- > **Jeunes et ados**, deux entraînements par semaine au choix (débutants et perfectionnement) : **190€**
- > **Adultes et sport-santé**, deux entraînements par semaine au choix : **235€**
- > **Adultes loisir journée**, deux entraînements par semaine : **200€**
- > **Compétition jeunes** : **240€**
- > **Compétition adultes** : **300€**

## ÉQUIPEMENT

Balles fournies par la section. Raquette à acquérir (environ 35€), demander conseil aux entraîneurs.

**PROGRAMME SPORT SANTÉ** : la section Tennis de Table du LSC est une référence en matière de sport santé. Nous sommes investis depuis de nombreuses années dans l'accompagnement de personnes atteintes par la maladie d'Alzheimer ou en rémission de cancer.

Depuis 2024, nous initions des séances pour les patients atteints par la maladie de Parkinson. Le bénéfice du Tennis de Table a été reconnu par plusieurs études pour toutes ces pathologies.

## À SAVOIR

**Semaine administrative** : du lundi 31 août au samedi 12 septembre 2026 durant les heures des cours  
**L'année sportive** : du lundi 31 août 2026 au vendredi 2 juillet 2027. Les cours sont maintenus le 1<sup>er</sup> samedi des vacances scolaires.

## IMPORTANT (PIÈCES À FOURNIR)

Le certificat médical est demandé pour une première inscription à partir de 40 ans, ensuite un questionnaire de santé est à renseigner, en cas de réponse négative, un nouveau certificat médical est à présenter.

## CONTACTS


**Président** : Stéphane Guillot


**Vice-Président** : Stéphane Schelz

**Secrétaire** : Anne Douëzy

**Renseignements et inscriptions** : 06 78 49 18 04

 tennisdetable@levallois-sporting-club.fr

 Permanences au Gymnase Éric-Srecki, pendant les heures des cours

 <https://levallois-sporting-club.com/tennis-de-table/>

 Levallois Sporting Club Tennis de Table

 levalloistt