



LANCY ACADEMY

Tennis de Table

CENTRE D'ENTRAÎNEMENT POUR AMATEURS ET PROFESSIONNELS

Small Group - Cours privés - Stages



"Restez dans votre club et
bénéficiez d'entraînements
supplémentaires"



CHAMPION LNA
2021 - 2022



CHAMPION
COUPE SUISSE
2018 - 2022

ENTRAÎNEMENTS LIGUE NATIONALE MAXIMUM 14 JOUEURS

LUNDI	
17h00 - 20h00	Séance Academy libre : 2 tables disponibles
MARDI & JEUDI	
10h30 - 12h00	Séance Small Group
14h00 - 15h45	Travail individualisé : Service + physique + panier
15h45 - 17h30	Séance Ligue Nationale Club + Academy
*Cotisation Club : Séance de 15h45 à 17h30 / Séance Academy de 14h00 à 17h30	
MERCREDI	
11h00 - 13h00	Séance Academy libre
VENDREDI	
11h30 - 17h30	Séance Academy libre

ENTRAÎNEMENTS JEUNES LICENCIÉS MAXIMUM 18 JOUEURS

2 ENTRAÎNEURS MINIMUM :

Alexandre BETEMPS, Florian DENERIER, Michel MARTINEZ

MARDI & JEUDI - 2h30 NEW	
17h00 - 17h30	Module préparation physique - Alexandre Betemps
17h30 - 18h00	Partage de compétence entre les groupes
18h00 - 18h30	Panier
18h00 - 19h30	Séance collective Club + Academy

*Cotisation Club : Séance de 18h00 à 19h30 / Séance Academy de 17h00 à 19h30

PACK COURS PRIVÉS

LUNDI NEW	
16h00 - 20h00	Créneau Cours Privés
VENDREDI NEW	
15h00 - 20h00	Créneau Cours Privés

ENTRAÎNEMENTS SMALL GROUP POUR AMATEURS ET PROFESSIONNELS

Les cours en **Small Group** vous permettront de bénéficier à la fois d'un **entraînement plus qualitatif, plus individualisé et d'une dynamique de groupe** pour permettre à chacun d'**atteindre ses objectifs**.

2 entraîneurs : Alexandre BETEMPS et Michel MARTINEZ



VOS OBJECTIFS :

- Améliorer la qualité de vos entraînements
- Augmenter le nombre d'heures
- Avoir des cours privés
- Une dynamique de performance
- Travail de préparation physique
- Travail du service
- Travail de panier de balle
- Travail des effets

COURS PRIVÉS

En option : Pack de 10 cours privés pour les joueurs licenciés ZZ Lancy avec des entraîneurs qualifiés, accessibles pour les ETT, les Jeunes Licenciés, la Ligue Nationale et les Vétérans.

STAGES

Vous avez la possibilité d'effectuer **5 à 6 stages avec nos entraîneurs qualifiés** durant les vacances scolaires. Vous pouvez retrouver les dates, modalités et tarifs sur notre site internet et sur notre page Facebook.

**PARTAGE
DE COMPÉTENCES
ENTRE LES
GROUPES LIGUE
NATIONALE
ET JEUNES
LICENCIÉS
DE L'ACADEMY**
30mn par entraînement

NOS TARIFS*

JEUNES LICENCIÉS	JOUEUR ZZ LANCY	JOUEUR EXTÉRIEUR
Cotisation club avec Licence	370 CHF	260 CHF
Frais d'adhésion entrée Academy	OFFERT	120 CHF
Abonnement Academy 2 x 2h30	2 cours/semaine 290 CHF	2 cours/semaine 290 CHF

JEUNES ETT	JOUEUR ZZ LANCY
Cotisation club avec Licence + Passeport Loisirs compris	370 CHF
PACK SOLO 10 COURS PRIVÉS ⁽¹⁾	500 CHF
PACK DUO 10 COURS PRIVÉS ⁽¹⁾	250 CHF
PACK TRIO 10 COURS PRIVÉS ⁽¹⁾	200 CHF
PACK QUATTRO 10 COURS PRIVÉS ⁽¹⁾	150 CHF



T-shirt ANDRO
pour tous les joueurs
en option ⁽²⁾
40CHF

LIGUE NATIONALE	JOUEUR ZZ LANCY	JOUEUR EXTÉRIEUR
Cotisation club	400 CHF	260 CHF
Frais d'adhésion entrée Academy	OFFERT	120 CHF
Abonnement Academy 10h par semaine minimum Préparation physique comprise	150 CHF	400 CHF à 900 CHF suivant classement

*Les différents prix s'additionnent dans chaque colonne.

⁽¹⁾ Nombre de joueurs : Solo = 1/1 Duo = 1/2 Trio = 1/3 Quattro = 1/4, Tarif par joueur.

Accessibles pour les ETT, Jeunes Licenciés, Ligue Nationale, Vétérans

⁽²⁾ Taille T-Shirt ANDRO disponibles : 2XS à 3XL



NOS ATOUTS

- Expertise grâce à la **MARTINEZ PING ACADEMY**
- Partenaires d'entraînement de qualité
- Entraîneurs nationaux et internationaux
- + 700h** supplémentaires d'entraînements
- Dynamique de performance haut niveau dans un collectif
- Gestion de projet individuel

CLUB DIGITAL

NEW

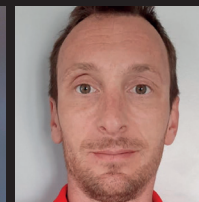
- 2 caméras de travail
- Un écran géant de travail
- Module de préparation physique quotidien
- Module de partage de compétences entre les joueurs de Ligue Nationale et les Jeunes licenciés 30mn par entraînement (15mn service et remise)

NOS COACHS

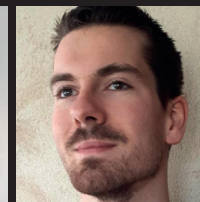
& PARTENAIRES D'ENTRAÎNEMENT



Michel MARTINEZ



Alexandre BETEMPS



Florian DENERIER



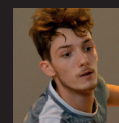
Fanny DOUTAZ



Barish MOULLET



Ester HUBNEROVA



Nolan GIOVONE



LANCY ACADEMY

Tennis de Table

INFOS ET CONTACT

CTT ZZ-LANCY

Club et école
de tennis de table

Av. du Curé-Baud 40
École En-Sauvy
(accès par le préau)
1212 Grand-Lancy
Genève - SUISSE



Renseignements :
079 903 04 86

E-mail :
michel.martinez@zz-lancy.net

www.zz-lancy.ch



Ville de Lancy
République et canton de Genève



En partenariat avec

