



LANCY ACADEMY

Tennis de Table

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

- 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

NOS COACHS

& PARTENAIRES D'ENTRAÎNEMENT



Michel MARTINEZ



Florian DENERIER



Fanny DOUTAZ



Chaitanya VEPA



Yoan REBETEZ



Loïc STOLL

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



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"

Ne pas jeter sur la voie publique - CTT ZZ LANCY - Académie - Small - Petit - Crédits photos : DR Pixabay Création : victor@roma.com



CHAMPION LNA
HOMME : 2021 - 2022
FEMME : 2023 - 2024



CHAMPION
COUPE SUISSE
2018 - 2022 - 2023

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 : **Florian DENERIER** 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 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

25mn par entraînement

ENTRAÎNEMENTS LIGUE NATIONALE MAXIMUM 14 JOUEURS

LUNDI

17h00 - 20h00 Séance Academy libre : 2 tables disponibles

MARDI & JEUDI

10h30 - 12h00 Séance Small Group

14h00 - 15h15 Travail individualisé : Service + panier

15h15 - 16h30 Séance Ligue Nationale Club + Academy

16h30 - 17h15 Travail Physique

*Cotisation Club : Séance de 15h15 à 17h15 / Séance Academy de 14h00 à 17h15

MERCREDI

11h00 - 13h00 Séance Academy libre

VENDREDI

11h30 - 17h30 Séance Academy libre

ENTRAÎNEMENTS JEUNES LICENCIÉS MAXIMUM 18 JOUEURS

2 ENTRAÎNEURS MINIMUM :
FLORIAN DENERIER ET MICHEL MARTINEZ

MARDI & JEUDI - 2h30

17h15 - 17h35 Module préparation physique

17h35 - 18h00 Partage de compétence entre les groupes

18h00 - 19h30 Séance collective Club + Academy

*Cotisation Club : Séance de 18h00 à 19h30 / Séance Academy de 17h15 à 19h30

PACK COURS PRIVÉS

LUNDI

16h00 - 20h00 Créneau Cours Privés

VENDREDI

15h00 - 20h00 Créneau Cours Privés

NOS TARIFS*

JEUNES LICENCIÉS	JOUEUR ZZ LANCY	JOUEUR EXTÉRIEUR
Cotisation club avec Licence	400 CHF	300 CHF
Abonnement Academy 2 x 2h15	2 cours/semaine 300 CHF	2 cours/semaine 500 CHF

JEUNES ETT	JOUEUR ZZ LANCY
Cotisation club avec Licence + Passeport Loisirs compris	350 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

LIGUE NATIONALE	JOUEUR ZZ LANCY	JOUEUR EXTÉRIEUR
Cotisation club	400 CHF	300 CHF
Abonnement Academy 10h par semaine minimum Préparation physique comprise	150 CHF	400 CHF à 900 CHF suivant classement



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

*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