



COLLÈGE LETENDRE, 1000 boulevard de L'avenir, Laval | Stationnement gratuit en arrière, entrée porte 14

Saison 2025-2026

SESSION HIVER 13 semaines

CLUB FERMÉ 3 journées:

- Les samedis 21, 28 mars et 13 juin pour la fête du club

INSCRIPTION EN TOUT TEMPS | COÛT AU PRORATA

SESSION AUTOMNE

2 septembre au 29 novembre 2025

SESSION HIVER

2 décembre au 14 mars 2026 *[relâche du 21 déc. au 5 janvier]*

SESSION PRINTEMPS

17 mars au 13 juin 2026

NOS PROGRAMMES RÉGULIERS pour tous

Les taxes s'appliquent en supplément pour les membres âgés de 15 ans et plus au moment de l'inscription.

	MARDI	MERCREDI	VENDREDI	SAMEDI
Entraînement Initiation et parent/enfant (6 à 10 ans)		18h25 - 19h45		8h55 - 10h10
Entraînement Débutant		18h15 - 20h15	18h15 - 20h15	10h15 - 12h00
Entraînement Intermédiaire à avancé	18h15 - 20h15	18h15 - 20h15	18h15 - 20h15	10h15 - 12h00
Entraînement à partir de 6 ans, sans limite d'âge , encadré par des entraîneurs dont l'objectif est d'enseigner les techniques du tennis de table. La pratique comprend un échauffement physique et technique, des exercices et des matchs. La répartition des groupes se fait selon le niveau. [Détails sur AMILIA]	TARIFICATION SESSION PRINTEMPS, selon vos choix de journées* 229\$ à 297\$: 1 pratique / semaine 368\$ à 416\$: 2 pratiques / semaine 536\$ à 581\$: 3 pratiques / semaine 615\$: 4 pratiques / semaine 35,00\$: La pratique (non membre) Accès gratuit au jeu libre			
Jeu libre et Cours privé*	20h15 - 21h15	20h15 - 21h15	20h15 - 21h15	9h00 - 12h00
Activité sans encadrement, ouverte à tous les âges et à tous les niveaux. Si vous n'avez pas de partenaire, nous vous recommandons d'intégrer un groupe d'entraînement ou des cours privés.	200,00\$: pratiques illimitée (membre) 15,00\$: la table (non membre) * COURS PRIVÉ , tarification à l'heure selon l'entraîneur (membre)			

NOS PROGRAMMES INTENSIFS sur sélection de l'entraîneur chef.

Pour ces programmes, les taxes sont inclus pour les membres âgés de 15 ans et plus au moment de l'inscription.

PROGRAMME EXCELLENCE	Pendant toutes les périodes d'entainement et de jeu libre
Pour les athlètes compétitifs de moins de 21 ans : progression accélérée avec un suivi personnalisé [Cours privés inclus, planification annuelle, préparation physique et mental].	468\$: 2 pratiques / semaine 603\$: pratique illimitée 728\$: pratique illimitée + accès au sport-études 2 pratiques / semaine
SPORT-ÉTUDES (église Sainte Claude de Laval)	13h30 - 16h30 du lundi au vendredi pendant 40 semaines
Pour les athlètes primaire, secondaire et cegep identifiés au minimum espoir par la Fédération qui font des compétitions provinciales et plus.	468\$: 2 pratiques au sport-études ou club / semaine 676\$: 3 pratiques / semaine + accès au club 2 pratiques / semaine 832\$: Temps complet + accès au club illimité

POUR TOUS NOS MEMBRES, DES FRAIS DE 10\$ PAR SESSION S'APPLIQUENT POUR LES NON-RÉSIDENTS DE LAVAL

NOS GROUPES [plus de détails sur AMILIA]

- INITIATION et PARENT/ENFANT de 6 à 10 ans [niveau 1 et 2]
- DÉBUTANT [niveau 3 et 4]
- INTERMÉDIAIRE À AVANCÉ [niveau 5 et plus, pour des joueurs récréatifs et compétitifs]

ENTRAINEUR CHEF

AFIF CHARARA

- Certifié compétition développement
- Plus de 15 ans d'expérience
- Multiple champion du Liban U18 et U21
- Méritas entraîneur du Québec 2022, du Canada 2023

ENTRAINEUR, directeur

JULIEN LE HÉGARAT

- Certifié compétition développement
- Plus de 15 ans d'expérience
- Méritas entraîneur du Québec 2013, 2014, 2016

Avec le soutien de nos entraîneurs et joueurs d'expérience

Marwan El Bizri, Jorgelina Maria Donios
Thierry Champion, Samuel Awad, Nélina
Murdanaigum, Julien Roy, Charles
Antoine Morin