



# Tarifs des Entraînements de Tennis de Table



Tarif en vigueur 02 avril 2024

Bienvenue au Table Tennis Center Shop-Ping de Marcinelle !

Nous sommes ravis de vous proposer une gamme variée d'options d'entraînement libre ou avec accompagnement pour tous les niveaux de compétence et d'âge. Nos programmes sont conçus pour améliorer vos compétences techniques, tactiques et physiques tout en offrant une expérience enrichissante et divertissante.

## Introduction

Afin de participer à l'ensemble de notre offre, il vous est nécessaire d'obtenir la carte de membre du club au prix de 10€/an.

### 1. Cours Individuels libre :

- **Session d'entraînement libre** (1 heure) : jouez au ping-pong entre amis dans notre magnifique salle de tennis de table. Invitez vos amis à venir jouer avec vous librement ou en faisant des compétitions amusantes. Le minimum de participant est de 2 joueurs avec un maximum de 4 personnes par table.

Tarif pour 1 personne : 5€

- **Session libre avec utilisation du robot** (1 heure) : utilisation libre face au robot durant toute la séance

Tarif pour 1 personne : 5€ si vous avez un abonnement annuel / 10€ si vous n'avez pas d'abonnement pour la location de la table + le robot

Tarif pour 2 personnes : 8.50€ si vous avez un abonnement annuel / 18.50€ si vous n'avez pas d'abonnement pour la location de la table + le robot

### 2. Cours Individuels privés :

- **Session d'Initiation** (1 heure) : Parfait pour les débutants pour apprendre les bases du tennis de table.

- **Cours Standard** (1 heure) : Entraînement personnalisé pour améliorer vos compétences spécifiques.

- **Cours Avancé** (1 heure) : Pour les joueurs expérimentés cherchant à perfectionner leur jeu.

Tarif pour 1 personne : 35€

Tarif pour 2 personnes : 55€

### 3. Entraînements en Groupe :

- **Groupe Psychomotricité** (1 heure) : Entraînement en groupe de 6 enfants pour apprendre les bases du tennis de table pour les 4 – 9 ans
- **Groupe Débutant** (1 heure 30) : Entraînement en groupe pour apprendre ensemble avec relanceurs.
- **Groupe Standard** (1 heure 30) : Entraînement intensif pour les joueurs compétitifs niveau E et D
- **Groupe Avancé** (1 heure 30) : Entraînement intensif pour les joueurs compétitifs niveau C et D

Tarif : 10€ par personne.

### 4. Forfaits Annuels Action 1<sup>ère</sup> année :

Forfait Entraînement libre Illimité : Accès illimité à la salle d'entraînement pendant 1 an pour y jouer librement.

Tarif pour 1 personne : 150€

### 5. Entraînement Spécialisé :

- **Entraînement Physique** (1 heure) : Programme spécifique pour améliorer la condition physique des joueurs.
- **Analyse Vidéo** (1 heure) : Analyse détaillée de votre jeu grâce à des enregistrements vidéo.

Tarif pour 1 personne : 40€

## **6. Coaching Mental :**

- **Coaching mental** (Pack de 5 séances avec possibilité de prolongation) : Vous êtes très stressé, vous avez du mal à vous concentrer, vous perdez rapidement les pédales, vous êtes blessé et ne pouvez plus jouer pendant un certain temps ?

Vous pensez que le coaching mental n'est accessible qu'aux joueurs pro ?

Détrompez-vous ! Notre session de coaching mental est là pour vous, quelque soit votre niveau, afin de vous aider à profiter un maximum de votre sport.

### **Structure du Coaching Mental**

Séance 1 : prise de contact + analyse des besoins

Séance 2 : Gestion avant compétition

Séance 3 : Gestion en compétition

Séance 4 : Gestion après compétition

Séance 5 : Encrage et conclusion

### **Durée du Coaching Mental**

Environ deux mois

Tarif pour 1 personne : 200€

### **Services complémentaires Coaching Mental**

- suivi sur le terrain/observation
- accompagnement parent-coach
- séance d'imagerie mentale (en période d'inactivité)

Tarif pour 1 personne : 40€/heure

- séance collective (à partir de 3 personnes)

Tarif pour 3 personnes : 60€/heure

Nous offrons également des réductions et des offres spéciales pour les groupes et les équipes.

Veuillez nous contacter pour plus d'informations sur nos tarifs, nos horaires et nos promotions en cours. Nous sommes impatients de vous aider à atteindre vos objectifs en tennis de table !