

Formulaire inscription CAP PADEL



BIENVENUE AU TC MORGES



CAP PADEL



Nom : _____
 Prénom(s) : _____
 Date naissance: ____/____/____
 E-mail: _____
 Tél.: _____
 Niveau estimé (échelle des niveaux swisstennis-padel): _____

Sélectionnez votre horaire

- 10h-11h30 12h-13h30 14h-15h30

Sélectionnez votre CAP Padel (lundi et mardi)

- 4 et 5 mai 1 et 2 juin 31 août et 01 sept
 11 et 12 mai 8 et 9 juin 7 et 8 sept
 18 et 19 mai 15 et 16 juin 14 et 15 sept
 22 et 23 juin

Prix Unique : 135 CHF/joueur

- J'ai pris connaissance et j'accepte les statuts stage et les conditions générales du Tennis Club de Morges (voir notre site web onglet tarif/inscription)

Date: _____ Signature: _____
 (signature d'un représentant légal)

INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT



Les avantages membres :

- ✓ Carte personnelle de réservation padel
- ✓ Jouer selon son rythme en toute liberté
- ✓ Réservation par internet
- ✓ Participer à la vie du club
- ✓ Rencontrer de nouveaux partenaires

TC Morges - Le Petit-Bois 13 - 1110 Morges

☎ 021 801 48 56

administration@tcmorges.ch



MAI • JUIN • SEPTEMBRE
 CAP : Coaching • Accompagnement • Progression

4 joueurs max par groupe



FLORENCE LE PEN

40 ans d'expérience d'enseignement
 N°1 SwissPadel en 2019

☎ 079 309 59 98

FLORENCE.LEPEN@TCMORGES.CH

COMMENCEZ DÈS MAINTENANT!



Coaching-Accompagnement-Progressions



Échelle de niveaux



Florence Le Pen
 0793095998

40 ans d'expérience d'enseignement
 N1 Swisspadel en 2019
 Coach Swisspadel niveau argent
 Professeure au TC Morges depuis 2010

Niveau 1 <i>Initiation</i>	Je commence à jouer <ul style="list-style-type: none"> Je fais mes premiers échanges sans les vitres
Niveau 2 <i>Débutant</i>	Je connais les règles et je réalise quelques échanges <ul style="list-style-type: none"> Je commence à maîtriser les coups de base depuis le fond du court
Niveau 3 <i>Débutant +</i>	Je tiens l'échange et je dispute mes premières parties <ul style="list-style-type: none"> Je dois encore apprendre la tactique du padel et les placements Je joue beaucoup en fond de court en montant occasionnellement à la volée
Niveau 4 <i>Intermédiaire</i>	Je comprends le padel mais je manque encore d'expérience <ul style="list-style-type: none"> Je commence à comprendre le jeu avec les vitres Je comprends les positions de base, je monte à la volée lorsque j'en ai l'occasion Je joue de longs échanges, j'ai le niveau pour jouer des matchs ouverts et éventuellement commencer la compétition
Niveau 5 <i>Intermédiaire +</i>	Je suis un.e joueur.euse régulier.ère et je m'intéresse à la compétition <ul style="list-style-type: none"> Je maîtrise la tactique et le placement, en phase avec mon partenaire, avec relativement peu de fautes directes. Je sais utiliser les vitres en défense J'ai une licence. Je gagne quelques matches en tournois officiels
Niveau 6 <i>Avancé</i>	Je suis un.e joueur.euse polyvalent et je fais régulièrement de la compétition <ul style="list-style-type: none"> Je maîtrise tous les aspects techniques du jeu, la tactique et le placement J'arrive à ralentir ou à accélérer le jeu Je connais les différentes formes de smashes (bandeja, vibora, rulo) Je défends efficacement et j'utilise les vitres pour contre-attaquer Je fais régulièrement de la compétition, je gagne des matches dans les tournois régionaux
Niveau 7 <i>Avancé +</i>	Je suis un.e très bon.ne joueur.euse régional.e avec un jeu complet et varié <ul style="list-style-type: none"> J'enseigne ou je pourrais enseigner le padel Je maîtrise tous les coups d'attaque (Bandeja, Vibora, Par-3). Je varie mes smashes en fonction de la balle ou de la position des adversaires Je suis très solide en défense et je sais varier mes lobs Je mets une bonne intensité physique lorsque je joue
Niveau 8 <i>Elite</i>	Je joue à haut niveau et participe à des compétitions nationales <ul style="list-style-type: none"> Je sais terminer les points face à une défense solide Je sais varier mon jeu efficacement en attaque comme en défense Je joue à haute intensité physique
Niveau 9 <i>Elite +</i>	Je fais partie des meilleur.e.s joueurs.euses du pays (top-20) <ul style="list-style-type: none"> Je gagne des compétitions nationales Je joue à haute intensité physique et j'aspire à atteindre un niveau international
Niveau 10 <i>Pro</i>	Je suis professionnel.le et je participe à des compétitions internationales