

# HIVER 2012 PROGRAMMATION



## INSCRIPTIONS

[www.tennismontreal.qc.ca](http://www.tennismontreal.qc.ca)

### RÉSIDENTS DE MONTRÉAL :

#### \*EN LIGNE

À compter du **MERCREDI 7 DÉCEMBRE, 18h30**  
MasterCard ou Visa

#### \*EN PERSONNE

À compter du mercredi 7 déc. de 18h30 à 20h30  
MasterCard/Visa, Interac, comptant ou chèque

#### \*LA POSTE (ouverture du courrier à partir du 8 décembre)

Paiement par chèque à l'ordre de :

#### TENNIS MONTRÉAL

285, rue Faillon Ouest, bureau 202  
Montréal, H2R 2W1

### NON-RÉSIDENTS DE MONTRÉAL :

À compter du **JEUDI 8 décembre, 9h00**  
Inscription en ligne, en personne ou par la poste

☎ (514) 270-2724

✉ (514) 270-3812

## A C T I V I T É S P O U R L E S A D U L T E S

### COURS DE SOIR

#### COURS 1 FOIS PAR SEMAINE – MARDI

Session 1 : 10 janvier au 14 fév. (6 sem.)

Session 2 : 21 février au 3 avril (6 sem.)

(annulé le 13 mars)

HEURE	NIVEAU
20h00 à 21h30	*Tennis Plus (1.0)
	2.0
21h30 à 23h00	2.5
	3.0

TARIF : 117 \$ par session (9h)

\*Tennis Plus : Cours pour débutants, incluant raquette et boîte de balles.

#### COURS 1 FOIS PAR SEMAINE – JEUDI

Session 1 : 19 janvier au 23 fév. (6 sem.)

Session 2 : 1<sup>er</sup> mars au 12 avril (6 sem.)

(annulé le 15 mars)

HEURE	NIVEAU
20h00 à 21h30	3.5
	3.0
21h30 à 23h00	1.5/2.0
	2.5

TARIF : 117 \$ par session (9h)

### COURS DE JOUR

#### COURS 1 FOIS PAR SEMAINE – JEUDI

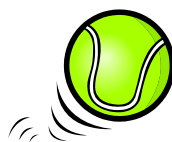
Session 1 : 19 janvier au 23 fév. (6 sem.)

Session 2 : 1<sup>er</sup> mars au 12 avril (6 sem.)

(annulé le 15 mars)

HEURE	NIVEAU
9h00 à 10h30	1.0/1.5
10h30 à 12h00	2.0/2.5

TARIF : 117 \$ par session (9h)



### TACTIQUE & STRATÉGIE

Cours destinés aux joueurs de **niveau 3.0** et plus désireux d'améliorer leur qualité de jeu.

Session 1 : 10 janvier au 14 février

Session 2 : 21 février au 3 avril (annulé le 13 mars)

MARDI

HEURE	NIVEAU	TARIF
10h00 à 12h00	3.0 et +	142 \$ par session

### LIGUE COMPÉTITIVE

Ligue en équipe (vous devez être en équipe lors des qualifs.)

Joueurs (ses) de niveau 3.0 et +

#### QUALIFICATION OBLIGATOIRE (22 \$/équipe)

Hommes : lun. 9 janv. de 18h30 (3.0) 19h30 (3.5) 21h (4.0)

Femmes : mer. 11 janv. de 18h30 (3.0) 19h30 (3.5) 21h (4.0)

#### Du 16 janv. au 16 avril (12 semaines)

	JOUR	HEURE	TARIF
Hommes	Lundi	18h30 à 23h00	155 \$/joueur (se)
Femmes	Mercredi		

#### À NOTER!

Toutes les activités se tiennent sur les terrains intérieurs du **Stade Uniprix**, excepté les cours aux jeunes du lundi & mercredi donnés au **Centre Claude-Robillard, 1000 Émile-Journault.**

Détenir une carte de membre Tennis Montréal 2012 est obligatoire pour participer aux activités.\*

#### TARIF CARTE DE MEMBRE ADULTE :

Résidents : 41 \$

Non-résidents : 62 \$

#### TARIF CARTE DE MEMBRE JUNIOR :

Résidents : GRATUIT

Non-résidents : 25 \$

### LIGUES RÉCRÉATIVES

Ligues récréatives en double animées par un instructeur certifié.

#### Ligue LÈVE-TÔT

##### MARDI

Session 1 : 10 janvier au 16 février

Session 2 : 21 fév. au 3 avril (annulé le 13 mars)

##### JEUDI

Session 1 : 19 janvier au 23 février

Session 2 : 1<sup>er</sup> mars au 12 avril (annulé le 15 mars)

HEURES	NIVEAU	TARIF
7h00 à 9h00	2.0 et +	82 \$ / session

#### Ligue MATIN

##### LUNDI

Session 1 : 9 janvier au 20 fév. (annulé le 6 fév.)

Session 2 : 27 février au 9 avril (annulé le 19 mars)

##### MERCREDI

Session 1 : 11 janvier au 15 février

Session 2 : 22 février au 4 avril (annulé le 14 mars)

##### VENDREDI

Session 1 : 13 janvier au 17 février

Session 2 : 24 fév. au 6 avril (annulé le 16 mars)

HEURES	NIVEAU	TARIF
10h00 à 12h00	2.0 et +	117 \$ / session

#### Ligues RÉCRÉATIVES

##### VENDREDI

Session 1 : 13 janvier au 17 février

Session 2 : 24 février au 6 avril (annulé le 16 mars)

##### DIMANCHE

Session 1 : 8 janvier au 19 février (annulé le 5 février)

Session 2 : 19 fév. au 22 avril (annulé 18 mars, 8 et 15 avril)

JOUR	NIVEAU	HEURE	TARIF
VENDREDI	2.5	18h30 à 20h00	92 \$ /session
	3.0	20h00 à 21h30	
	3.5+	21h30 à 23h00	
DIMANCHE	3.0/3.5	12h00 à 13h30	
	2.0/2.5	13h30 à 15h00	
	2.5	19h00 à 20h30	
	3.0/3.5	20h30 à 22h00	

# COURS AUX JEUNES

SESSION DE 12 SEMAINES

Groupes du **SAMEDI – Du 7 janvier au 7 avril**  
(annulé le 4 février et 17 mars)

HEURE	NIVEAU	ÂGE	TARIF
8h00 à 10h00	3.5	13 à 17 ans	157 \$
10h00 à 11h30	2.0/2.5	7 à 9 ans	117 \$
11h30 à 13h00	2.0/2.5	8 à 12 ans	
13h00 à 14h30	3.0	10 à 12 ans	
14h30 à 16h00	2.0/2.5	13 à 17 ans	82 \$
9h00 à 10h00	1.0	4 ans	
10h00 à 11h00	1.0	5 - 6 ans	
11h00 à 12h00	1.0	6 - 7 ans	

Groupes du **DIMANCHE – Du 8 janvier au 22 avril**  
(annulé le 5 février, 18 mars et 8 et 15 avril)

HEURE	NIVEAU	ÂGE	TARIF
9h00 à 10h00	1.5	6 - 7 ans	82 \$
10h00 à 11h00	1.0/1.5	8 - 9 ans	
11h00 à 12h00	1.0/1.5	10 à 12 ans	
15h00 à 16h30	3.0/3.5	13 à 17 ans	117 \$
9h00 à 10h30	1.5/2.0	6 - 7 ans	
10h30 à 12h00	2.0	8 - 12 ans	

## COURS AU CENTRE CLAUDE ROBILLARD

Groupe du **Lundi – Du 9 janvier au 26 mars**

HEURE	NIVEAU	ÂGE	TARIF
19h00 à 20h30	2.5/3.0	13 à 17 ans	120 \$

Groupe du **Mercredi – Du 11 janvier au 28 mars**

HEURE	NIVEAU	ÂGE	TARIF
19h00 à 20h30	1.5/2.0	13 à 17 ans	120 \$

## INFORMATIONS

LIEU DES ACTIVITÉS :

STADE UNIPRIX

285, rue Faillon Ouest

Montréal, Qc. H2R 2W1

\*Stationnement gratuit disponible\*

[informations@tennismontreal.qc.ca](mailto:informations@tennismontreal.qc.ca)

**Service à la clientèle de Tennis Montréal :**

Lundi au vendredi : 9h00 à 12h00 et 13h00 à 16h30

**CARTE DE MEMBRE 2012 OBLIGATOIRE**  
**VALIDE DU 1<sup>er</sup> JANVIER AU 31 DÉCEMBRE 2012**

### MODALITÉS D'INSCRIPTIONS ET D'ANNULATIONS

(Ces politiques s'adressent autant aux jeunes qu'aux adultes)

#### POLITIQUES D'INSCRIPTIONS ET DE TRANSFERTS

1. Vous devez vous inscrire dans une activité correspondant à votre niveau de jeu, à défaut de quoi Tennis Montréal se réserve le droit de vous réassigner à un autre groupe. Ceci est sujet aux disponibilités.
2. Pour toutes demandes de transfert de groupe ou d'activité à la demande du client, des frais de 10 \$ seront appliqués. Les demandes doivent se faire au moins 5 jours ouvrables avant le début de l'activité.
3. Aucun chèque postdaté n'est accepté.

#### POLITIQUES D'ANNULATIONS

1. Toutes les demandes de remboursement doivent nous être acheminées par écrit au minimum 14 jours avant le début de l'activité. Une demande téléphonique ne sera pas considérée comme une demande de remboursement.
2. Aucune demande de remboursement ne sera acceptée après le début de l'activité sauf sur présentation d'un billet médical.
3. La carte de membre de Tennis Montréal n'est pas remboursable ni transférable.
4. Pour toutes demandes de remboursement accordées, des frais d'administration de 15 % sont applicables. Le remboursement s'applique seulement à la portion de séances restantes dans la session, effectif à la date de réception de la demande.
5. Tennis Montréal priorise un transfert dans la même saison à un remboursement.
6. Toute activité annulée par Tennis Montréal vous sera remboursée en totalité et sans frais.

Montréal 

**TENNISZON**

## MON NIVEAU?

### ÉCHELLE D'AUTOÉVALUATION

CALIBRE	COUP DE FOND (coup droit et revers)	RETOUR DE SERVICE	JEU DE FILET (volée et smash)	SERVICE
<b>1.0</b>	Le joueur commence à jouer au tennis.			
<b>1.5</b>	Le joueur commence à échanger mais éprouve de la difficulté en fond de terrain et au service.			
<b>2.0</b>	Réussit à échanger en fond de terrain sur balles faciles. Constance limitée par l'absence de contrôle de balle. Le joueur esquive souvent un revers au profit d'un coup droit.	Le joueur se positionne pour protéger ses faiblesses. Son retour est irrégulier.	En simple, le joueur évite de prendre le filet. En double, il sait où se placer sur le terrain; il est à l'aise uniquement avec les volées du coup droit; il évite la volée du revers et le smash.	Les doubles fautes sont fréquentes. Le joueur éprouve de la difficulté avec le lancer de balle.
<b>2.5</b>	Réussit des échanges de 10 coups consécutifs en fond de terrain, en utilisant surtout le coup droit. La trajectoire de balle est arquée et la vitesse est modérée.	En simple, le joueur retourne vers le centre du terrain. En double, il éprouve de la difficulté à retourner en croisé.	Le joueur monte au filet à l'entraînement mais hésite à le faire en situation de match.	Réussit 1 <sup>ère</sup> balle à moins de 50 %. Le deuxième service se limite à une « mise en jeu ».
<b>3.0</b>	Réussit des échanges de 10 coups consécutifs (autant en coup droit qu'en revers). À cadence modérée, le joueur retourne les balles hautes, courtes ou éloignées avec plus d'efficacité sur son coup dominant.	Sur un service de vitesse modérée, le joueur contrôle son retour tant en simple qu'en double – avec une intention précise.	Réussit bien la volée du coup droit sur balle facile; la volée dominante est efficace mais ne permet pas de finir le point. La volée est déficiente sur les balles basses ou éloignées. Réussit bien le smash sur balles faciles.	La 1 <sup>ère</sup> balle de service est réussie à plus de 50 %. Le 2 <sup>ème</sup> service est plus lent.
<b>3.5</b>	Le joueur est apte à déplacer l'adversaire ou à retourner les balles faciles avec plus de puissance. Réussit plus de 50 % de ses coups d'approche.	Peut retourner défensivement les services rapides ou éloignés. Sur 2 <sup>ème</sup> balle facile, le joueur retourne en puissance ou en précision. En double, son retour est parfois suivi d'une montée au filet.	Au filet, le joueur est à l'aise; peut diriger sa volée du coup droit; au revers, il la dirige aussi mais sans conviction. Exécute des volées et des smashes qui exigent de courts déplacements.	Peut varier la vitesse et la direction de son 1 <sup>er</sup> service. Peut aussi diriger son 2 <sup>ème</sup> service sur la faiblesse de l'adversaire. Les doubles fautes sont peu fréquentes.
<b>4.0</b>	Peut préparer ses points de façon constante, grâce à une bonne variété de coups. Il est toutefois erratique en situations plus difficiles : balles rapides, éloignées, situation de jeu contre un adversaire au filet.	A de la difficulté à retourner les services très puissants ou avec effets. Son retour lui permet de prendre l'initiative du point, d'exploiter une faiblesse de l'adversaire. En double, sur des balles de vitesse modérée, ses retours sont variés et efficaces.	En simple le joueur est à l'aise avec le jeu de filet. En double, il adopte une attitude offensive sur différents types de balles; peut intercepter les retours de services faciles. Sur des lobs faciles, son smash lui permet de finir le point.	Peut varier la vitesse ou la direction de son 1 <sup>er</sup> service. Utilise les services à effets.

Tableau complet disponible sur notre site Internet – [www.tennismontreal.qc.ca](http://www.tennismontreal.qc.ca)

**UN TOUT NOUVEAU SITE INTERNET  
À VENIR!!**

