

**STAGE  
ADULTES**  
2025 / 2026

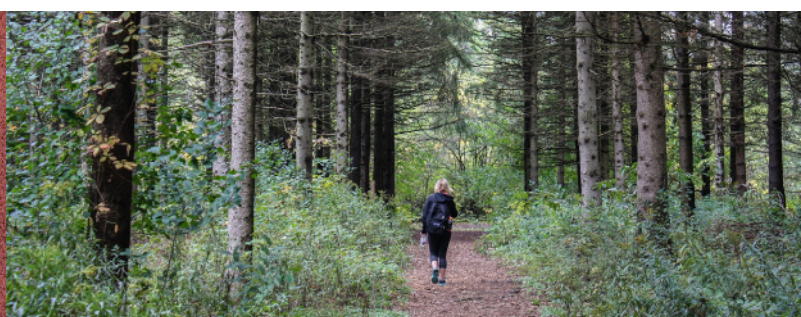
# BOURGOGNE

4 nuits / 5 jours - Lundi 20 au vendredi 24 octobre 2025

2 nuits / 3 jours - Vendredi 24 au dimanche 26 octobre 2025

## LE SÉJOUR EN BREF

Un séjour pour progresser et se perfectionner en tennis dans un cadre privilégié, entre la forêt de l'Othe, les bords de rivière de l'Yonne et les vignes Bourguignonnes. Séjour incluant 4h de tennis encadré par jour, progrès garantis. Au programme, 2 formules de stage: Loisirs et compétitions. Incluant des séances variées pour tous les niveaux : séances thématiques, ateliers pédagogiques, conseils personnalisés et matchs de défis. En dehors des sessions de tennis vous pourrez profiter d'autres activités de détente: yoga, marche, piscine. Séjours en petit groupe de 5 à 12 personnes.



### FORMULE STAGE LOISIRS

- Cours de tennis : 4h par jour
- Hébergement avec pension complète
- Navette sur place
- Programme d'activités complémentaires sur le temps de détente (marches, yoga, piscine...)

**Tarif :** 815 € - 4 nuits / 5 jours  
550 € - 2 nuits / 3 jours  
(Transport non inclus dans le tarif )

### FORMULE STAGE COMPETITION

- Entraînements tennis : 4h par jour
- Coaching et analyse des matchs
- Accompagnement à un tournoi
- Hébergement avec pension complète
- Programme d'activités complémentaires sur le temps de détente (marches, yoga, piscine...)

**Tarif :** 815 € - 4 nuits / 5 jours  
550 € - 2 nuits / 3 jours  
(Transport et inscription au tournoi non inclus)