

# Programmation Printemps 2026

Inscription en ligne au [www.atjhr.qc.ca](http://www.atjhr.qc.ca)

## Programme Junior Intérieur Printemps 2026

Description : Le Tennis Évolutif utilise une progression méthodique de la superficie du terrain, du type de balles et de la taille des raquettes afin d'adapter le jeu aux jeunes joueurs de 6 à 13 ans. Tout le matériel est inclus.

Les entraînements sont offerts dans le gymnase de l'école Marguerite-Bourgeoys. L'entraîneur responsable est certifié par Tennis Canada.

Début des activités la fin de semaine du 14 & 15 mars. Durée de la session : 8 semaines.

Programme 1/2 terrain : (6 à 8 ans) - Balle mousse - Terrain 11 mètres - Raquette 19, 21 ou 23 pouces.

Balle mousse : Dimanche de 9h00 à 10h30 .....\$112

Programme 3/4 terrain : (8 à 10 ans) – Balle dépressurisée - Terrain 18 mètres - Raquette 23 ou 25 pouces.

Balle Orange : Dimanche de 10h45 à 12h15 .....\$112

Programme Transition : (10 à 13 ans) - Balle « easy play » - Raquette de 25 ou 26 pouces.

Balle Verte : Dimanche de 12h30 à 14h00 .....\$112

Programme Relève :

Relève – (sur invitation) : Samedi / Horaire à confirmer.

- Prendre note que nos activités feront relâche le dimanche 5 avril en raison du congé pascal.

# PROGRAMMATION Junior Intérieur Printemps 2026



## Cours 6 – 13 ans

À surveiller.....

Début des inscriptions..... 6 février

Début des entraînements.... 14 & 15 mars

[www.atjhr.qc.ca](http://www.atjhr.qc.ca) | [info@atjhr.qc.ca](mailto:info@atjhr.qc.ca) | 514.833.4015