ALC Longvic

SPORT - ETUDE

HIPPOLYTE FONTAINE

Retrouvez notre Sport-Etude Tennis au sein de l'ALC Longvic Tennis Club

PRESENTATION

QU'EST-CE QUE NOUS VOUS PROPOSONS ?

Notre Tennis-Études vous permet de pouvoir concilier votre carrière de joueur de tennis ainsi que de continuer à poursuivre un cycle normal d'études tout au long de l'année scolaire. L'objectif est de pouvoir garantir à nos joueurs un véritable projet de vie autour du sport et de l'éducation. Pour cela, notre partenaire, le lycée Hippolyte Fontaine de Dijon permet aux jeunes intéressés par ce double projet de pouvoir s'entraîner intensément tout en garantissant leur réussite scolaire.

- La réussite de ce double projet se basant sur bientôt 10 ans d'expérience.
- Un environnement motivé, ambitieux et à l'écoute

Notre Rôle

NOTRE APPROCHE

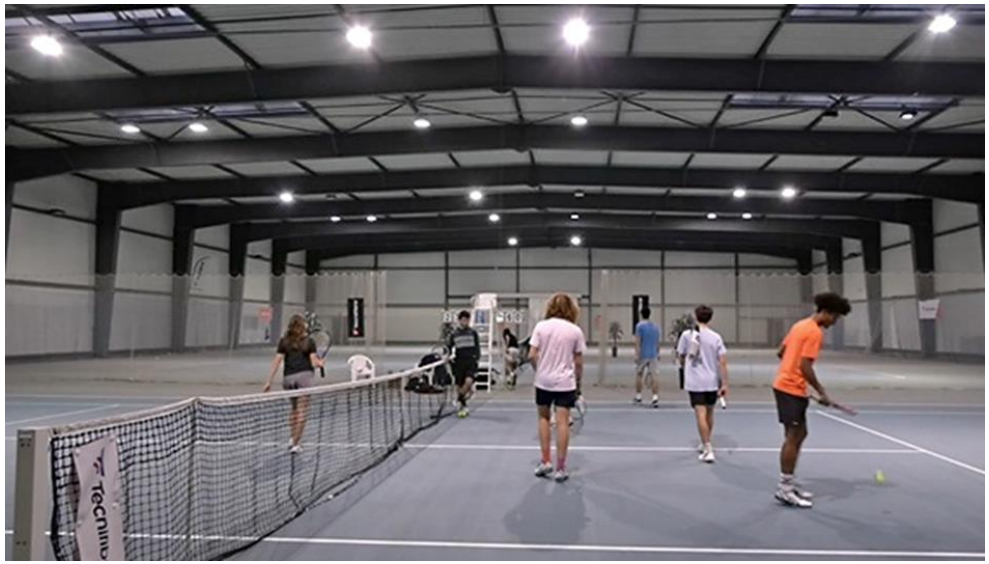
Allier Tennis et Scolarité c'est possible !!

Pour nous la double réussite sportive et scolaire de nos jeunes sportifs constitue une priorité. Notre volonté est de favoriser l'éducation tout en alliant le perfectionnement sportif.

Pour relever ce défi, nous portons un engagement fort envers l'éducation des jeunes sportifs

Optimiser le potentiel de votre enfant, personnaliser et l'accompagner dans son projet

Développer et exploiter ses forces et ses qualités dans un cadre familial et propice au travail



LE PROGRAMME SPORTIF

Nous proposons une base d'entraînements de 10 heures hebdomadaires en petits groupes où les joueurs vont mêler tennis, physique et accompagnement personnalisé.

TENNIS

Perfectionnement tennistique général du joueur se construisant autour d'une identité de jeu qui lui est propre.
Créativité, Liberté et Motivation seront les maîtres-mots de toutes les séances proposées tout au long de la semaine.

PREPARATION PHYSIQUE

Des séances en salle de musculation ainsi que sur terrain pour du spécifique afin de développer les qualités physiques de bases de nos joueurs tout en garantissant un transfert pour l'activité et en répondant à ses besoins.

ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

Nous proposons un accompagnement personnalisé correspondant aux projets et besoins de chacun. Nous accordons beaucoup d'intérêts au développement individuel et collectif afin de créer un groupe permettant de tirer le meilleur de chacun.

LE PROGRAMME SCOLAIRE

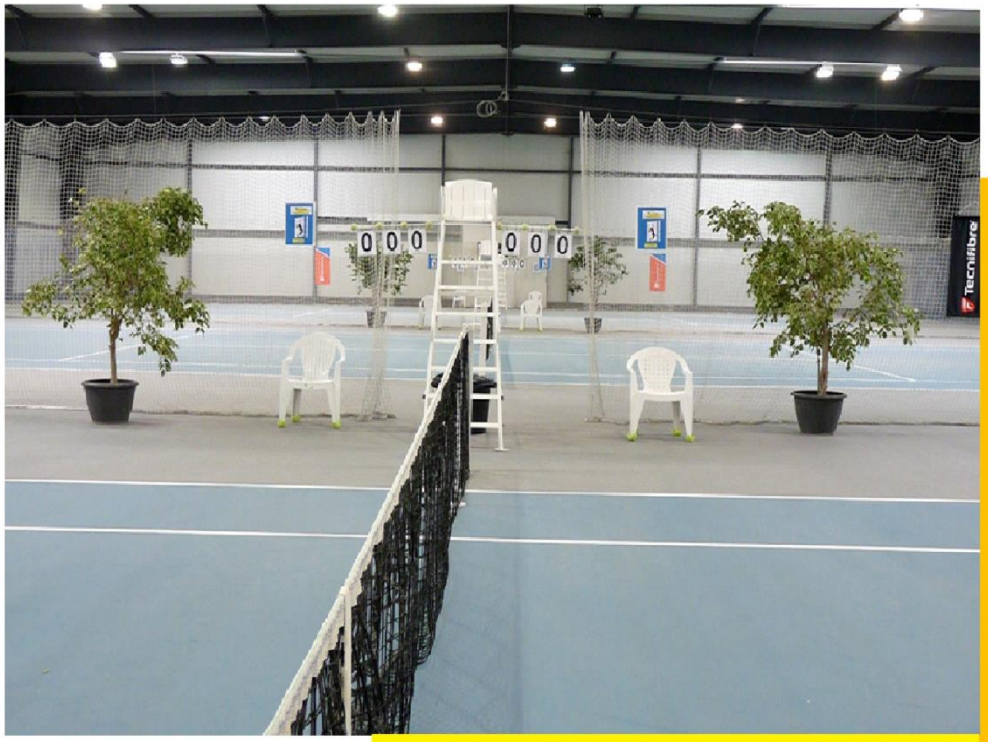
Pour nous, les études et le tennis ont le même degré d'importance. Notre équipe pédagogique accompagne et pousse nos jeunes sportifs à atteindre le maximum de leur potentiel en trouvant le bon équilibre dans ce double projet.

LES ATOUTS DU LYCEE HIPPOLYTE FONTAINE

- Toutes les formations sont proposées : Bac Général, Pro, Techno, BTS
- Nombreuses options en seconde : Musique, Arts, Langues et Cultures, Innovation Technologique, Science et Laboratoire, SI.
- Sections Européennes : Histoire-Géographie /Anglais.
- Pôle excellence pour encourager l'ambition des élèves à prétendre à des filières d'excellence post-Bac

LE CLUB

LA STRUCTURE



- L'ALC Longvic Tennis est un club comptant plus de 300 licenciés, évoluant dans les divisions départementales à professionnelles.

- La structure est composée de 3 courts couverts en résine, 1 résine extérieure. Un club-house tout équipé avec vestiaires, douches et cuisine.

- Trajet Club-Lycée facilité avec la ligne de bus L6, les arrêts sont situés en face du Lycée et du Club. Une durée de trajet de 10 minutes.

Lucas

LE MOT DE L'ENTRAINEUR

La manière dont nous entraînons au sein du Club repose sur le perfectionnement des fondations d'un joueur de tennis complet pour développer l'identité de jeu de chacun. Nous essayons donc de familiariser nos joueurs aux différentes situations qui peuvent émerger lors d'un point, qu'ils puissent répondre à chaque problème causé par l'adversaire tout en imposant leur style de jeu. Les notions de plaisir et de dépassement de soi sont particulièrement mises en valeur au sein du Club.

Licence STAPS Entraînement Sportif
Classé 2/6

DU Préparation Physique
MASTER Optimisation de la Performance Sportive

NOS DIFFERENTS INTERVENANTS

NOTRE STAFF

ROMAIN FÉLIX

ENTRAÎNEUR ADJOINT
5/6 - LICENCE STAPS

SACHA CULTRU

Préparateur physique
Athlète International

ALEXIS REMOND

ENTRAINEUR ADJOINT
15 - LICENCE STAPS

OPPORTUNITES

LES PLUS DU CLUB (COMPETITION / SUIVI)

Le Tennis-Études de l'ALC Longvic Tennis propose également d'autres avantages et services à ses joueurs. Le but étant toujours d'accompagner nos jeunes sportifs dans leur projet et qu'ils puissent performer sur et en dehors des courts.

SUIVI DE TOURNOIS

Écoute et feed-back lors des différents matchs effectués.

DES COMPETITIONS

Plusieurs TMC sont organisés tout au long de la saison.

ETUDES SUPERIEURES

Collaboration étroite avec l'UFR STAPS de Dijon.

VIE DE CLUB DYNAMIQUE

Nombreuses Activités de cohésion (Beach tennis, Padel, Bowling, etc…).

RESPONSABLE

Christophe CULTRU
07.82.04.92.95
ccultru@hotmail.fr

ENTRAINEUR

Lucas MENDOZA
06.01.76.20.15
lucas.mndz@hotmail.com

Contactez-nous

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

SITE WEB

ALC Tennis : https://alc-longvic.org
Lycée Hippolyte Fontaine : https://lyc21-hfontaine.sd.ac-dijon.fr

ADRESSE

Club : 37 Route de Dijon, 21600 DIJON
Lycée Hippolyte Fontaine : 20 boulevard Voltaire, 21000 DIJON

MERCI

A BIENTOT