

# PENSEZ À VOUS FAITES DU TENNIS DE TABLE

Le tennis de table,  
votre remède **bien-être**



Stimule le **système cognitif**. Améliore le **traitement de l'information** et la **perception de l'espace visuel**. Renforce l'**endurance cardio-respiratoire**, les **réflexes** et l'**agilité**. Bienfaits sur la **concentration**. Entretien la **sociabilité** et l'**esprit d'équipe**.

## Programme personnalisé

Tests Eval'Form  
Ateliers de motricité  
Renforcement physique  
Adresse et coordination  
Challenges et jeux d'équipes



Ville de Joué-lès-Tours



Contact : 06 37 81 41 57



/TTJouelesTours



@ttjouelestours



ttjoue.info

## POUR TOUS LES ÂGES

### Quand

Le mercredi de 10h30 à 12h

Le samedi de 11h à 12h30

### Où

Salle Jean Bigot

Rue Jean Monnet

37300 Joué-lès-Tours

### Tarifs

135€/an

ou 40€ le premier mois

puis 25€/mois

*Tarifs préférentiels associations, entreprises et structures de soins*

### Encadrement

Rémy MAZELLA

Educateur sportif - TTJ

DEJEPS tennis de table

Animateur d'Entretien Physique

Moniteur de Ping sur Ordonnance

