

Smashy KIDS Cup Series

powered by Tennis Solution

Quoi?

- Tournois de tennis pour les catégories d'âge U6 et U8 combinés avec des épreuves physiques et motrices.

Pourquoi?

- Initiation à la compétition en tennis.
- Mesures de certaines compétences physiques et motrices.
- Développement du respect d'autrui et de l'esprit d'équipe.
- Mise en place d'un cadre de détente/d'amusement et de bien-être entourant les débuts de compétition.

Comment?

- Minimum 4 matchs par personne (sauf inscriptions non-suffisantes).
- Tests physiques ludiques par équipe de 2 (ou 3) formée aléatoirement.
- Espace disponible pour les moments d'attente avec château gonflable, mini-jeux, animation, ...



Smashy **KIDS** Cup Series

powered by Tennis Solution

Déroulement de la journée

1. Accueil des joueuses/joueurs et validation de leur inscription.
2. Détermination du format de tableau en fonction des joueuses/joueurs présent(e)s.
3. Tirage au sort des tableaux pour le tournoi de tennis et des équipes formées pour le „challenge global“ de la journée.
4. Echauffement commun en musique.
5. Première épreuve physique et début des matchs de tennis.
6. Deuxième épreuve physique immédiatement après la fin du premier match de tennis.
7. Alternance entre matchs de tennis, moments de détente et la troisième épreuve physique.
8. Remise de cadeaux à tous les participants et proclamation des résultats par équipe.



Smashy KIDS Cup Series

powered by Tennis Solution

Epreuves physiques

- **Epreuve de rapidité/explosivité:**
Sprints avec changement de direction sous forme de relais avec le(s) coéquipière(s)/coéquipier(s).
- **Epreuve de lancer de précision:**
Différents lancers sur cible avec degrés de difficulté différents. Tactique d'équipe requise pour répartir les tâches au sein d'une équipe de 2 (ou de 3).
- **Epreuve de coordination/équilibre:**
Challenges d'équilibre (statique et dynamique) ou de coordination (oeil-main, dissociation segmentaire, structure spatio-temporelle, ...) à réussir en équipe.

