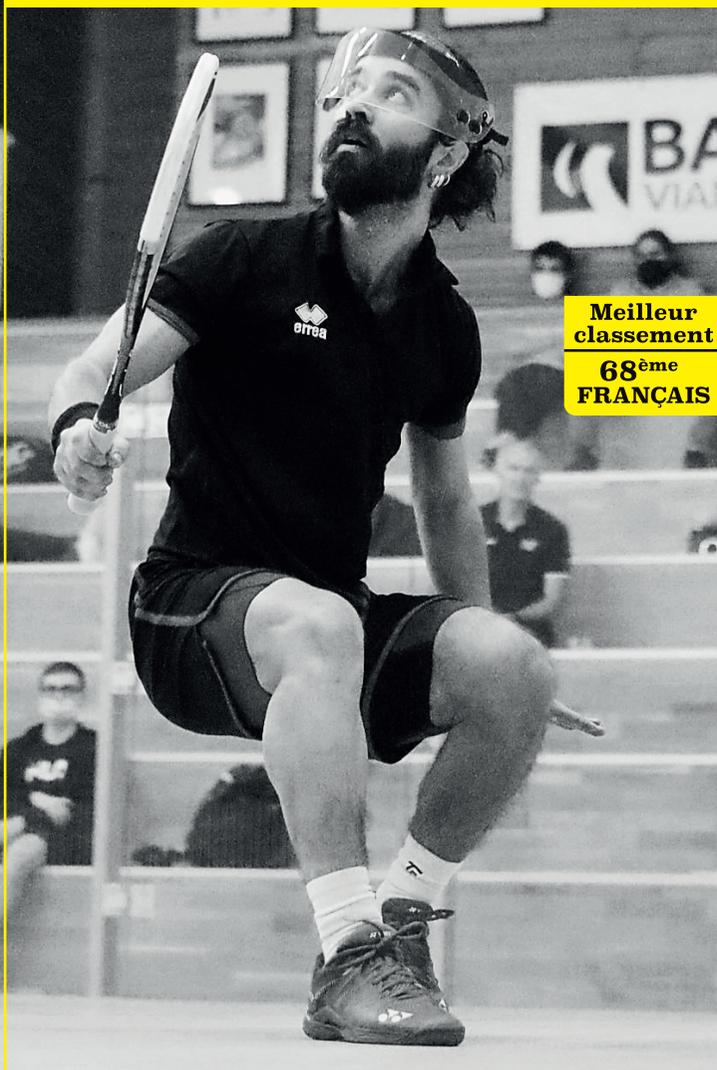




• COURS DE SQUASH •



**Meilleur
classement**
**68^{ème}
FRANÇAIS**

Mr SQUASH, qui suis-je ?

Passionné de la petite balle noire depuis 2008 et classé 68^{ème} joueur français, je suis arbitre 2^{ème} degré et évaluateur d'arbitre, juge-arbitre, moniteur de squash, titulaire d'une licence en entraînement sportif et certifié en préparation mentale du sportif.

Vous me retrouverez également pour vous accueillir chez Indoor Club !

(Désolé vous ne pourrez pas m'éviter...)

Je vous propose au choix des cours de squash, des séances de préparation mentale ou de renforcement musculaire global (soit préparation physique pour le squash, ou renforcement musculaire général, travail ludique avec bandes élastiques et au poids de corps). Séances accessibles à tous, quel que soit votre niveau, votre forme physique du moment, votre âge, la couleur de vos cheveux ou vos préférences musicales, je m'adapte...

Ambiance sérieuse et décontractée au rendez-vous ! Séances possibles principalement du mercredi au dimanche en début d'après-midi, à définir ensemble en fonction des disponibilités.

1 séance = 45 min (squash et préparation mentale) ou environ 1h (renforcement musculaire)
Petit entretien offert avant la première séance. [Sourire et bonne humeur inclus]

Formules Individuelles

	Abonné Indoor Club/SCD	Joueur extérieur
● Point rouge (1 séance)	30 €	30 €
● Point jaune (5 séances + 1 offerte)	150 €	155 €
●● Double point jaune (8 séances + 2 offertes)	240 €	250 €

Formules Duo (tarif par personne)

● Point rouge (1 séance)	17 €	17 €
● Point jaune (5 séances + 1 offerte)	85 €	88 €
●● Double point jaune (8 séances + 2 offertes)	136 €	140 €

Formules Mixte (squash/prépa mentale/prépa physique)

●● À définir ensemble

Mr SQUASH

• Moniteur de squash •

Quentin LEROUEILLE

mr.squash@hotmail.com

06 68 73 24 27