



ACADEMIES

Bienvenue à l'ISP Academies !

Welcome to the ISP Academies !

Chers Stagiaires,

Bienvenue à ISP Academies. Nous sommes heureux de vous accueillir et nous espérons que vous passerez un bon séjour parmi nous. Tout est fait pour que vous vous entraîniez bien, que vous progressiez et que votre séjour reste un excellent souvenir.

Pour cela, voici quelques informations utiles et quelques règles à suivre afin que tout se passe bien.

Gardez ce dossier à tout moment avec vous !

N'oubliez pas que le staff d'ISP Academies est à votre service. Nous sommes là pour faire en sorte que votre séjour se déroule du mieux possible alors n'hésitez pas à nous demander quoi que ce soit et nous ferons de notre mieux pour vous aider.

Bon stage à l'ISP Academies !

Dear Campers,

Welcome to the ISP Academies. We are happy to welcome you among us and we hope you will spend a good time here. Everything is done so that you train well and improve so that your stay at the ISP Academies remains a great memory.

To do so, please read carefully the following information and a few rules to follow so that your stay is as good as possible.

Keep this folder at all times with you!

Do not forget that the ISP Academies staff is at your service. We are here so that your stay is the best it can be so do not hesitate to ask us anything and we'll do our best to help you.

Enjoy your camp at the ISP Academies !

Charles Auffray – Directeur / Director

Benjamin Cassaigne – Manager



Informations diverses

Miscellaneous information

Horaires Cafeteria / Cafeteria Opening Hours

Petit-Déjeuner / Breakfast :	7:00 – 9:00
Déjeuner / Lunch :	12:00 – 13:30
Dîner / Dinner :	19:00 – 21:00

Lavage / Laundry

Des machines à laver sont à votre disposition en sortant du bâtiment « Bastide », tout droit à gauche. De la lessive est disponible.

Coût : Lavage = 3,90 euros; Séchage = 1,00 euro

You can use washing machines outside of the « Bastide » building, straight and on your left. Detergent is available there.

Cost : Washing = 3,90 euros ; Drying = 1,00 euro

Numéros utiles / Useful numbers

Benjamin Cassaigne (Manager)	06 60 71 06 71
Charles Auffray (Directeur/Director)	06 03 37 51 88
Julie Auffray (Langues/Languages)	06 23 24 81 57
Régis Lavergne (Head coach)	06 19 02 10 45
Pierre Bollengier-Stragier (Internat / Dorms)	06 33 62 24 25
Pierre-Jean Paules (Coach)	06 74 63 09 93
David Fontaine (Coach)	06 61 87 16 60
Olivier Tauma (Coach)	06 48 37 44 03
Fabien Lefauchaux (Fitness)	06 61 57 58 46
Tiroy Gensburger (Fitness)	06 62 46 26 28
Manu Yague (Fitness-Internat/Fitness-Dorms)	06 22 40 59 11
Thomas Finck (Coach, tournois /Tournaments)	06 47 94 09 57
Hamza El Ouali (Internat-Navettes / Dorms-Shuttles)	06 60 67 23 67
Nicolai Nonnebroch (Internat / Coach)	06 20 75 63 16

Chambres du staff présent au CIV / Room numbers of staff on CIV campus :

Manu I: Appartement à gauche au rez de chaussée / Apartment on left 1st floor

Thomas : 4521 ; Hamza : 4546 ;

Pierre : Appartement 2ème étage / 2nd floor apartment

Comment résoudre un problème ?

How to solve a problem ?

N'appelle pas tout de suite tes parents. Il est plus difficile pour eux qui ne sont pas sur place de résoudre un problème que pour nous sur place.

Do not call your parents right away. It is more difficult for them, who are far away, to solve a problem, than for us, who are on site.

1. Essaie de le résoudre par toi-même, en parlant, sans t'énerver.
Try to solve it by yourself, speaking, without getting mad.

Si cela ne marche pas... *If it does not work...*

2. Demande à un responsable de l'ISP Academies de t'aider (entraîneur, responsable de l'internat).
Ask to one of the ISP Academies staff members to help you (coach, dorms manager...).

Si cela ne marche pas... *If it does not work...*

3. Demande à Benjamin Cassaigne (manager) ou Charles Auffray (directeur) de t'aider.
Ask Benjamin Cassaigne (manager) or Charles Auffray (director) to help you.

Si tu suis cette procédure, le problème sera résolu et tu ne dérangeras pas tes parents !

If you follow this procedure, the problem will be solved and you will not bother your parents!



Règlement / Rules

Les stagiaires doivent respecter le règlement du début à la fin du stage.

Campers must respect these rules from the beginning to the end of the camp.

Les stagiaires doivent respect et politesse envers les autres stagiaires et les membres de l'équipe de l'ISP Academies ainsi que ceux du CIV.

Campers must respect and be polite to other campers and ISP Academies and CIV staff members.

Certains d'entre vous n'ont pas l'habitude de s'entraîner avec autant d'intensité. Il est donc très important d'avoir une bonne hygiène de vie pour profiter de votre stage: bien dormir, bien manger, boire beaucoup d'eau et se reposer.

Some of you are not used to train with this much intensity. It is therefore very important to sleep well, eat well, drink a lot of water, and rest.

A la cafeteria, vous avez le droit à 1 plat garni (poisson ou viande) et 3 accompagnements. Pas de soda. Soyez propres et rapportez votre plateau. Vous pouvez vous resservir de légumes ou féculents quand vous avez fini votre assiette.

At the cafeteria, you can have 1 plate with meat or fish and vegetables. No sodas. Be clean and bring your tray back. You can have more vegetables after you have finished your plate.

Les stagiaires ne doivent pas sortir du campus du CIV ou du Sophia Country Club non accompagnés par un membre du staff ISP et sans autorisation.

Campers must not leave the CIV campus or the Sophia Country Club unaccompanied by an ISP Staff member or without authorisation.

En cas d'alarme incendie, tous les stagiaires doivent impérativement sortir du bâtiment et se retrouver devant la piscine.

In case of a fire alarm, all campers must absolutely leave the building and meet in front of the swimming pool.

Les stagiaires doivent être ponctuels aux entraînements tennistiques et physiques ainsi qu'aux repas et autres activités organisées par ISP Academies.

Campers must be on time for all tennis and physical practices and to the meals and other organised activities.

Les téléphones portables et les iPods doivent être éteints pendant tous les entraînements et les cours de langues.

Cell phones and Ipods must be turned OFF during all practices and language courses.



ACADEMIES

Les stagiaires sont responsables de leurs clés et cartes de cafeteria. 15 euros (carte) et 50 euros (clé) si perdues !

Campers are responsible for their keys and cafeteria's cards. 15 euros (card) and 50 euros (key) if lost !

La salle de jeux est un endroit commun que les stagiaires doivent respecter (rangement, propreté, calme). Il en est de même pour toutes les infrastructures.

The game room is for everyone's use that campers must respect (cleanliness, calm). It is the same for all facilities.

Les VTT mis à votre disposition doivent être entretenus avec soin, rangés aux endroits indiqués et cadenassés à tout moment.

Bicycles, which are lent to you must be used with good care, placed in the indicated areas and locked at all times.

Les stagiaires malades ou blessés doivent avertir un membre du staff ISP et se présenter aux entraînements de toutes manières. Si un rendez-vous chez le médecin est utile, nous le prendrons pour vous.

Sick or injured campers must tell an ISP staff member and go to practices anyway. If a doctor appointment is needed, we will make one for you.

Piscine : slip de bain obligatoire pour les garçons. Un surveillant ISP doit être présent.

Swimming pool: no shorts for boys. An ISP staff member must be present.

Des cadenas sont à vendre pour 5 euros pour garder vos effets personnels dans votre armoire.

Locks are sold for 5 euros to keep your valuables in your closet.

Le pro-shop est situé au 2^{ème} étage pour acheter des affaires ISP, Nike et Tecnifibre et faire corder vos raquettes.

The pro-shop is located on the 3rd floor to buy ISP, Nike, and Tecnifibre goods and to have your racquets restrung.

Le point rendez-vous est situé devant la cafeteria, devant le bâtiment Agora. L'appel est fait à cet endroit pour prendre le bus et pour les départs en tournois.

The meeting point is in front of the cafeteria, in front of the Agora building. The roll call is made in this location before the bus leaves and for tournaments departures.



A C A D E M I E S

Pour les tournois, Thomas (ou un autre membre du staff) vous donnera un coupon la veille de votre match avec votre heure et l'endroit de départ et le chauffeur qui vous emmènera. Les convocations seront aussi affichées dans l'entrée. Ayez votre certificat médical et votre licence sur vous. Une attitude irréprochable est attendue de vous.

For tournaments, Thomas (or another staff member) will give you a coupon the night before your match with the time and place of departure and the driver who will take you. These will also be posted on the board. Make sure you have your medical certificate and licence with you. Good sportsmanship is expected from you.

Les cours de langues ont lieu en fin de journée. Soyez à l'heure, préparés et respectueux de vos professeurs.
Language classes are given at the end of the day. Be on time, prepared, and respect your teachers.

Des ordinateurs connectés à internet sont disponibles dans la salle de jeux. Si vous avez apporté un ordinateur, demandez à Hamza pour vous connecter à la borne WIFI.
Computers connected to the internet are available in the game room. Ask Hamza to connect your laptop to the WIFI connection.

Interdiction absolue pour les garçons d'aller dans les chambres des filles et vice-versa.
It is absolutely forbidden for boys to go in girls' rooms and vice-versa.

Au club, à la fin des entraînements, les rendez-vous pour les navettes et les tournois sont devant la fontaine.
At the club, the meeting point for shuttles and tournaments is in front of the fountain.

Pour les départs du samedi matin, merci de libérer vos chambres avant 8:00. Soit vous laissez vos affaires dans le bureau, soit vous les prenez avec vous si vos parents vous récupèrent au club.
For departures on Saturday mornings, please free your room before 8 AM. You can either leave your luggage in the office or take everything with you if your parents pick you up from the club.

Toute consommation d'alcool ou de drogue est interdite et entraînera l'exclusion de l'ISP Academies.
No alcohol and no drug use at the ISP Academies. This will lead to the exclusion of the ISP Academies.

Réveil/Wake up: 6:45
Coucher/Curfew: 22:00

Calme absolu entre 22:00 et 6:45
Absolutely no noise between 22:00 and 6:45

PROGRAMME STAGE / CAMP SCHEDULE

	LUNDI / MONDAY	MARDI / TUESDAY	MERCREDI / WED.	JEUDI / THURSDAY	VENDREDI / FRI.	SAM / SAT.	DIM. / SUN.	
6h45 7	6h45 Lever / Wake up Petit Déjeuner / Breakfast							
8	8h00 TENNIS	8h00 FITNESS	8h00 TENNIS	8h00 FITNESS	8h00 TENNIS	8h00 FITNESS	8h00 TENNIS	
9							8h00 Petit Dèj Breakfast	
10	10h00 FITNESS	10h00 TENNIS	10h00 FITNESS	10h00 TENNIS	10h00 FITNESS	10h00 TENNIS	REPOS REST	
11							Cérémonie/Ceremony	
12	12h15 LUNCH						10h30 BUS Club-CIV	
13	REST						12h00 LUNCH	12h00 LUNCH
14	14h00 TENNIS	14h00 FITNESS	14h00 TENNIS	14h00 FITNESS	14h00 TENNIS	14h00 PLAGE BEACH	14h00 FITNESS	
15							14h00 FITNESS	
16		16h00 TENNIS		16h00 TENNIS			16h00 TENNIS	
17	16h30 LANGUE ou FITNESS	16h30 TENNIS	16h30 LANGUE 1 ou fitness	16h30 TENNIS	16h30 LANGUE 1	16h30 LANGUE 1 ou fitness	16h30 TENNIS	
18			18h00 LANGUE 2		18h00 LANGUE 2		18h00 LANGUE 2	
19	19h30 Diner / Dinner						18h00 Retour / Back CIV	18h00 ARRIVEES
20	20h00 Carrefour Groceries Store						20h00 Cannes	19h00 Meeting
21	Temps libre / Free Time Salle de Jeux / Games Room						20h00	Diner
22	22h00						Soirée/Party BASTIDE	20h00 Soirée/Party BASTIDE

COUCHER / CURFEW