



*Guide pratique  
de l'ISPéen  
(et de ses parents)*

*2011 – 2012*

Ce guide est l'outil indispensable pour une bonne organisation et communication entre tous les acteurs de l'ISP Tennis Academy. Tous les ISPéens et leurs parents sont ainsi responsables de connaître l'ensemble des informations et procédures contenues dans ce guide.



## SOMMAIRE

Sommaire	2
Introduction / Valeurs de l'ISP	3
Contacts staff	3
Effectifs	5
Groupes / coaches	5
Programme d'entraînement de tennis	5
Programme d'entraînement physique	5
Matériel	7
Service cordage	7
Système de notation consultable	7
Entraînement du matin	7
Programme d'intervention du mental	8
ISP Junior Tour	8
Tournois	8
Horaires d'hiver	8
Plan pluie	8
Présence/ appel	9
Service Médical	10
Scolarité	10
Campus du CIV	12
Vacances	12
Journée type	13
Salles de jeu et buvette	13
Laverie	13
Utilisation des courts	13
Autorisations de sortie et de déplacement	13
Transport / Navettes aéroport	14
Bus	14
Taxi	14
Hôtel des parents	14
Activités annexes	14
Weekends	14
Communication ISPéens / Parents / Staff ISP	14
Internet	14
Newsletter	15
Dossiers en ligne	15
Administratif Carole Marambaud	15
Paiements	16
Calendrier	17



## ISP Academies, **All the way**

L'ISP, créée en 1998, a été la première structure en Europe à faciliter le placement des jeunes tennismen comme boursiers dans les universités américaines. Depuis 1998, plus de 500 sportifs ont fait appel à l'ISP pour intégrer le système universitaire sportif aux USA.

En 2003, le concept « **All the way** » prend forme, avec la création du centre de formation sportif et scolaire qui permet d'envisager, une fois l'obtention du bac, une carrière sportive professionnelle ou une filière universitaire aux USA.

Aujourd'hui, « **All the way** » n'est plus seulement un concept de formation, mais aussi une philosophie de travail, présente dans tous les contenus de l'académie, qui s'articule autour de deux idées : « **APPRENDRE L'EFFORT** » et « **DEVENIR UN PERFORMER** » (être performant en match, en examen, s'exprimer en public...).

Ce sont ces deux piliers de la réussite sportive, devenues les valeurs pédagogiques de l'ISP, qui guident notre action et notre créativité, ces deux idées que nous voulons pousser jusqu'au bout dans les domaines de la recherche et de la transmission. Et tous les jours, sur le court comme en dehors du court, cela signifie pour nos jeunes : **ETRE MIS EN CONFIANCE** pour pouvoir oser et pouvoir aller au bout de son désir, au bout de son effort, au bout de son geste.

Les 2 valeurs pédagogiques de l'ISP:

### **Apprendre l'effort**

« On se ressemble tous, c'est l'effort qui fait la différence »

### **Devenir un performer**

« Pense au jeu, pas à l'enjeu »

*all the way*

### Contacts staff/Rôle de chacun

Charles Auffray (Directeur/Director)	06 03 37 51 88 <a href="mailto:charlyau@ispacademies.com">charlyau@ispacademies.com</a>
Julien Bercovici (Chargé du développement)	06 78.19.23.83 <a href="mailto:jbercovici@ispacademies.com">jbercovici@ispacademies.com</a>
Régis Lavergne (manager sportif/sport manager)	06 19 02 10 45 <a href="mailto:regis.lavergne@ispacademies.com">regis.lavergne@ispacademies.com</a>
Carole Marambaud (Assistante /assistant)	06 19 69 31 53 <a href="mailto:admin@ispacademies.com">admin@ispacademies.com</a>
David Fontaine (Entraîneur/Coach)	06 61 87 16 60 <a href="mailto:dafontaine28@aol.com">dafontaine28@aol.com</a>
Olivier Tauma	06 48 37 44 03



(Entraîneur/Coach)	<a href="mailto:otauma@gmail.com">otauma@gmail.com</a>
Giorgio Jacquet (Entraîneur/Coach)	06 61 78 65 93 <a href="mailto:giorgiojacquet@gmail.com">giorgiojacquet@gmail.com</a>
Jérôme Schaeffer (Entraîneur/Coach)	06 63 92 54 77 <a href="mailto:jerome.ispacademies@gmail.com">jerome.ispacademies@gmail.com</a>
Nanette Schutte (Entraîneur/Coach)	06 11 38 74 31 <a href="mailto:Nanette06@voila.fr">Nanette06@voila.fr</a>
Yannick Faque Entraîneur/coach/tournoi	06 26 92 02 46 <a href="mailto:yayoute06@hotmail.com">yayoute06@hotmail.com</a>
Yanis Kadry Entraîneur/coach	06 85 29 98 25 <a href="mailto:G3n3.sis@hotmail.fr">G3n3.sis@hotmail.fr</a>
Kalouguine Nicolas (entraîneur Golf/golf Coach)	06 09 20 19 90 <a href="mailto:kalouguine.nicolas@wanadoo.fr">kalouguine.nicolas@wanadoo.fr</a>
Fabien Lefaucheu (Physique /Fitness)	06 72.54.15.58 <a href="mailto:contact@bfstraining.com">contact@bfstraining.com</a>
Tiroy Gensburger (Physique /Fitness)	06 62 46 26 28 <a href="mailto:firoyg@gmail.com">firoyg@gmail.com</a>
Manu Yague (Physique /Fitness)	06 22 40 59 11 <a href="mailto:manustuta@yahoo.fr">manustuta@yahoo.fr</a>
Pierre Bollengier-Stragier (internat /dorms)	06 60.67.23.67 <a href="mailto:internat@ispacademies.com">internat@ispacademies.com</a>
Peter Heslin (internat/dorms)	06 32 97 36 00 <a href="mailto:pjheslin@gmail.com">pjheslin@gmail.com</a>
Malik Mammetgulyyev Tournoi/tournament	06 01 07 63 89 <a href="mailto:malikkyuli87@yahoo.com">malikkyuli87@yahoo.com</a>
Julie Auffray (Scolarité /Scholarship)	06 23 24 81 57 <a href="mailto:julieau@wanadoo.fr">julieau@wanadoo.fr</a>
Pauline Losier (ISP international school)	06 23.24.81.57 <a href="mailto:pauline.ispacademies@yahoo.com">pauline.ispacademies@yahoo.com</a>
François Clavaud Docteur/Doctor	04 93 99 15 34
Killian Lopez Kinésithérapeute/physio	06 03 79 08 74 <a href="mailto:lopez.renson@gmail.com">lopez.renson@gmail.com</a>
Docteur Barboni Médecin/doctor	04 93 65 40 89 A côté de Mr Pizza sortie du CIV



## Effectif ISP 2011-2012

65 ISPéens  
15 joueuses de tennis  
45 joueurs de tennis  
5 joueurs de golf  
70 internes  
30 externes  
32 ISP Etudes  
15 ISP International School

## Groupes / coaches

1 head coach: Régis Lavergne  
1 groupe élite garçons  
1 groupe élite filles  
1 groupe espoirs  
11 groupes académie

## Programme d'entraînement de tennis

- Entraînement individualisé
- 3 cycles
- **CYCLE N°1: RENTREE (Septembre)**
  - ✓ Prise de contact coach/joueur
  - ✓ Tournois de fin de saison
- **CYCLE °2: FONCIER (Octobre – Décembre)**
  - ✓ Fondamentaux
  - ✓ Travail technique
- **CYCLE N°3: PRE-COMPETITION / COMPETITION (Janvier – Juin)**
- **3 périodes suivant cette suite:**
  - ✓ Reprise des fondamentaux
  - ✓ Préparation aux tournois
  - ✓ Tournois

## Programme d'entraînement physique

- 3 cycles
- 3 évaluations sur la saison (Oct./Dec./Avril)
- Profil physique individualisé
- 4 coaches référents :
  - ✓ Fabien : Coordinateur, coach principal préparation physique
  - ✓ Manu : Elites garçons
  - ✓ Tiroy et Fabien : Elites filles
  - ✓ Eric : Assitant
- **CYCLE N°1: FONCIER**
- **Septembre-Octobre**
  - ✓ Entretien de la Souplesse & Renforcement Musculaire (Circuit Training)
  - ✓ Travail Aérobic (Endurance & Puissance)
- **Novembre-Décembre**
  - ✓ Renforcement Musculaire ou Développement de la Force (selon l'âge)
  - ✓ Travail Puissance Aérobic et préparation à la vitesse
  - ✓ Amélioration de la Souplesse
- **CYCLE N°2: PRE-COMPETITION**
- **Janvier-Février**



- ✓ Force, Puissance, Explosivité ou Renforcement Musculaire & Coordination
- ✓ Travail PMA & Travail Endurance de Vitesse
- ✓ Entretien de la Souplesse

➤ **CYCLE N°3: COMPETITION**

□ **Mars-Avril**

- ✓ Force Explosive et Force-Vitesse, Physique intégré
- ✓ Entretien PMA et Travail de vitesse spécifique
- ✓ Entretien de la Souplesse

□ **Mai-Juin**

- ✓ Force-Vitesse, Vitesse d'exécution et physique intégré
- ✓ Endurance de Vitesse / Jeux sportifs / Vitesse Spécifique
- ✓ Entretien de la Souplesse

**Important :**

**« trail fil rouge »** : parcours référence couru régulièrement afin de se situer sur 2 kms au lieu de 1,250 kms en 2011.

**Run and Bike :**

**Trek raquettes :**

**Triathlon :**

**Règlement propre à l'entraînement physique**

➤ **LES 7 REGLES DU PHYSIQUE**

- ✓ Chaussures de tennis terre battue et dur (les 2 paires)
- ✓ Chaussures de running
- ✓ Bouteille d'eau (remplie au début)
- ✓ Serviette
- ✓ Avoir changes (survêtement, t-shirt..)
- ✓ K-way (toujours !)
- ✓ Corde à sauter

➤ **LES 7 REGLES DU RESPECT**

- ✓ Ponctualité
- ✓ Politesse (tennis/physique/hotel)
- ✓ Propreté des lieux (nature/courts/ musculation/hotel)
- ✓ Matériel (dégradation) & rangement
- ✓ Respect mutuel (entre tous les ISPéens)
- ✓ Respect du travail, du contenu, programmes
- ✓ Respect de soi-même, de ses efforts, de ses capacités

➤ **LES 7 REGLES D'HYGIENE DE VIE**

- ✓ Sommeil (se coucher tôt / respecter les cycles)
- ✓ Propreté (douche, vêtement..)
- ✓ Respecter les 3 repas
- ✓ Nourriture équilibrée (limiter les sucres, les graisses). Avoir barres, fruits secs, boissons isotoniques
- ✓ Pas de produits substituant (complément alimentaires/ protéines / créatine)
- ✓ Pas d'alcool
- ✓ Pas de cigarettes

➤ **LES 7 REGLES SUR LE TRAVAIL**

- ✓ Echauffement(10 à 15minutes) : match ou entraînement
- ✓ Retour au calme (retour veineux / discussion/ feed back)
- ✓ Récupération (glaçage/ soins / prévention)



- ✓ Souplesse (pendant & hors entrainements)
- ✓ Travail complémentaire (à la demande fiche avec coach)
- ✓ Respect du travail pendant les vacances
- ✓ Goût de l'effort et de la compétition

➤ **SANCTIONS EN CAS D'ABSENCE**

- 1- Avertissement
- 2- Blâme et punition (dissertation sur un thème physique)
- 3- Sanction (1 semaine sans tennis, tournoi...)

### **Matériel**

Les ISPéens sont tenus d'avoir le matériel indispensable à chaque entraînement sous peine d'exclusion de l'entraînement :

- ✓ Raquettes cordées
- ✓ Bouteille d'eau / gourde remplie avant l'entraînement
- ✓ Snack (barre de céréale, fruits...)
- ✓ Corde à sauter
- ✓ T-shirt de rechange
- ✓ Chaussures de dur et de terre battue
- ✓ Chaussures de jogging
- ✓ Casquette
- ✓ Serviette

### **Service cordage**

David et Giorgio sont les cordeurs officiels de l'ISP. Merci de les contacter directement.

Tarifs et pose : 8€ et 10 € pour le lendemain

### **Système de notation**

Afin d'avoir un suivi de chaque ISPéen, chaque coach note ses joueurs en fin de semaine. Ces informations et autres commentaires font partie du rapport trimestriel qui vous est envoyé.

### **Entraînements du matin**

Les ISPéens scolarisés qui n'ont pas cours avant 9h30 peuvent venir s'entraîner à 8h00 les lundis (Julien), mardis (Charles), Mercredis (Giorgio) et vendredis (David ou Régis). Une permanence est assurée par un coach de l'ISP. Ce créneau est optionnel et est particulièrement réservé pour jouer des matchs et travailler son service. Vous devez envoyer un email au coach concerné la veille avant 18h (vendredi pour lundi) pour participer à cet entraînement

### **Programme d'interventions sur le mental**



François Ducasse (coach mental) et Makis Chamalidis (psychologue) proposent des ateliers de groupe et des rendez-vous individuels, tout au long de l'année.

Les ateliers de groupe sont pris en charge par l'ISP pour les ISPéens présents à l'année ; les rendez-vous individuels coûtent 66 euros/heure. Les ISPéens doivent absolument prendre ces rendez-vous et les régler auprès de **Carole 2 semaines** avant la venue de François et Makis.

Un carnet du mental est remis à chaque ISPéen.

Les programmes de ces journées sont affichés quelques jours avant ces interventions. Les ISPéens sont ainsi responsables pour être au bon endroit au bon moment.

**15-16 octobre 2010**

**12-13 novembre 2010**

**16-17 décembre 2010**

**27-28 janvier 2011**

**Février 2011**

**Mars 2011**

**Avril 2011**

**Mai 2011**

**Juin 2011**

(Ajouter les dates des rendez-vous individuels supplémentaires)

#### ISP Junior Tour

L'ISP Junior Tour est un tournoi interne à l'ISP en 5 étapes tout au long de l'année. Les dates des étapes sont dans le calendrier ci-après. Ce tournoi est l'occasion de mettre en pratique ce qui est travaillé à l'entraînement et il est joué en conditions normales de matchs officiels.

#### Tournois

##### ➤ Responsables

- ✓ Général : Régis Lavergne
- ✓ Tournoi internationaux jeunes : Julien Bercovici
- ✓ Tournois locaux : Yannick Faque et Malik Mammetgulyyev

##### ➤ Dispositions importantes

- ✓ Licence de l'année sportive en cours
- ✓ Certificat médical de moins d'un an avec mention de triple sur-classement pour les jeunes nés en 1998 et après.
- ✓ Informer Régis Lavergne en cas d'absence prévue, notamment pour les weekends, pour éviter les W.O.

##### ➤ Informations sur le site internet de l'ISP (« documents à télécharger »)

- ✓ Calendrier prévisionnel
- ✓ Programmation la veille au soir
- ✓ Résultat de la veille
- ✓ Certificat médical

##### ➤ Important : Tout jeune souhaitant disputer un tournoi ne faisant pas partie du programme officiel de l'académie (championnat ligue individuel jeunes ou adultes compris) doit impérativement remplir les conditions suivantes :



- ✓ Avoir effectué une demande à la responsable scolaire et à son coach référent, au minimum un mois avant le début de l'épreuve.
  - ✓ Cette demande doit être validée conjointement par le responsable scolaire et le coach.
  - ✓ Avoir un statut d'externe ou pouvoir être accompagné par un membre de sa famille, car aucun accompagnement ne sera effectué.
  - ✓ Régler les droits d'inscription
  - ✓ Adresser au coach les résultats du tournoi.
- **Comportement** : Un comportement exemplaire est attendu en match. Le staff accompagnant a pour instruction de sortir les ISPéens du court en cas de manquement.

### Horaires d'hiver

Les horaires sont légèrement modifiés l'hiver en fonction de la tombée de la nuit. L'hiver, les entrainements ont lieu de **14h00 à 15h45** et de **15h45 à 17h30**. Le rendez-vous pour l'échauffement à lieu toute l'année à **13h45** sur les courts.

### Plan pluie

Les jours de pluie, une organisation spéciale est mise en place. Les ISPéens s'entraînent 1h sur les courts couverts et restent avec leur coach tennis pendant 1h pour parler du mental, visionner des vidéos etc..En cas de grosse pluie uniquement des navettes sont organisées entre le CIV et le club.

### Présence / Appel

Tous les ISPéens doivent être présents à tous les cours, à tous les entrainements. Même blessés, les ISPéens doivent se présenter à **13h45** sur les courts (s'ils sont capables de s'entraîner) ou en études au bureau de Bastide (s'ils ne sont pas capables de s'entraîner) à **13h30**. Dans ce dernier cas ils sont libérés à 15h30 et doivent ensuite être au club à **16h00** pour faire un entrainement physique obligatoire adapté à leur état.

En cas d'urgence ou de situations exceptionnelles, les ISPéens doivent absolument demander une autorisation à leur coach ou aux responsables ISP **et** scolaire.

Les retards sont sanctionnés dès l'arrivée à l'entrainement et les retards répétés entraineront des sanctions plus lourdes, les coachs faisant l'appel quotidiennement.

### Service médical

- **Kinésithérapeute- Killian Lopez**
- ✓ Lundi 17h00-19h00
  - ✓ Mardi 17h00-19h00
  - ✓ Prise de rendez-vous auprès de Carole
  - ✓ Prescription médicale nécessaire pour le remboursement
  - ✓ Les prestations complémentaires :
    - Massage 20' : 20€
    - Massage 30' : 30€
    - Massage 60' : 60€



➤ **Osthéopathe-Maxime Jean**

➤ **Médecin**

- ✓ Dr. Barboni (CIV)
  - Maladie et blessure légère
  - Accompagné du responsable de l'internat
  - Règlement directement au médecin (chèque ou espèces et carte vitale)
- ✓ Dr. Clavaud
  - Pathologies sévères
  - Orienté par le kiné ou le coach
  - Permanence le mardi de 14h à 15h
  - Règlement directement au médecin

Les ISPéens sont responsables d'informer leur coach ou responsable sportif **et** les responsables de l'internat **et** leur responsable scolaire du suivi nécessaire (absence pour examens à passer etc.).

### Scolarité

➤ **Scolarité**

- ✓ Présence obligatoire requise à tous les cours , études dirigées et études du soir.
- ✓ Justificatif des parents écrit requis pour toute absence à l'étude du soir doit être justifiée aux responsables scolarité **et** internat.
- ✓ Pour les internes, en cas de maladie le matin, obligation d'aller à l'**infirmerie** du CIV ou chez le **médecin**. Sans **justificatif écrit** (à remettre au bureau Bastide) l'élève doit **reprendre les cours**.
- ✓ Toute demande d'interruption de scolarité, arrivées et départs hors vacances, doit être faite auprès du responsable de scolarité avec justificatif à l'appui.
- ✓ **3 bulletins scolaires** sont envoyés aux parents dans l'année + suivi scolaire individuel régulier toute l'année.
- ✓ Durant les **vacances scolaires**, tout **élève scolarisé interne ou externe** qui veut rester à l'ISP et suivre l'entraînement sportif est obligé d'aller en **étude** le matin aux horaires qui leurs seront spécifiés.
- ✓ Tout matériel nécessaire doit être apporté en classe : fascicule CNED, livres, agenda, cahiers, papiers et stylos, calculatrice, etc..
- ✓ Sont strictement **interdits en classe et en ED** : téléphones portables, baladeurs, etc. Ceux-ci seront confisqués pour une durée déterminée par le responsable scolaire.
- ✓ **Tenue vestimentaire** correcte exigée en cours et ED.
- ✓ **Langage et attitude** décents et respectueux envers tous exigé.
- ✓ Aucune boisson ou nourriture n'est autorisée en cours, à l'exception d'une petite bouteille d'eau au pied de la table.

➤ **Sanctions et félicitations**



- ✓ Convocation par le responsable scolaire pour discussion, mise en garde ou félicitations.
- ✓ Certificat de mérite/efforts décerné à un(e) élève chaque semaine/mois.
- ✓ Retenue/heure de colle le mercredi matin de 06h30 à 07h30.
- ✓ Retenue l'après midi de 13h30 à 15h30 au bureau pour compléter un travail non fait si nécessaire.
- ✓ Niveaux de sanction sur l'échelle du règlement intérieur :
  1. Avertissement oral envoyé par email aux parents
  2. Deuxième avertissement accompagné d'un courrier écrit et recommandé en A/R aux parents
  3. Exclusion temporaire d'une semaine
  4. Renvoi définitif de l'ISP Academies

#### ➤ **ISP Etudes**

- ✓ Travail personnel donné par les professeurs de chaque matière, à faire en ED **suivant le planning de la classe** et en études du soir.
- ✓ Apprentissage régulier et révision constante des cours tous les jours/soirs.
- ✓ Révisions approfondies et préparation aux devoirs CNED en ED et études du soir.
- ✓ Devoirs CNED faits en ED en semaine ou samedi matin + matières annexes à rendre suivant le calendrier donné en début semestre/année.
- ✓ Toute demande d'absence à un devoir CNED planifié doit être faite à la scolarité par écrit par les parents et avec **justificatif** à l'appui.
- ✓ Travail et devoir CNED ratés doivent être rattrapés au retour. Date de rattrapage donnée par les responsables pédagogiques.
- ✓ Le site intranet **Triade** ([www.ispacademies.triade-educ.com](http://www.ispacademies.triade-educ.com)) doit être visité par les élèves une fois par jour (étude du soir si nécessaire) pour : vérification de devoirs à faire, notes CNED, correspondance/communication avec les professeurs et la scolarité. Identité et mots de passe sont donnés par la scolarité.
- ✓ Ce même site doit être utilisé par les parents (Identité et mots de passe sont donnés par la scolarité) pour un suivi régulier des résultats et de l'attitude/comportement + correspondance.
- ✓ En plus des **3 bulletins scolaires** dans l'année, des **entretiens parents-professeurs** sont organisés à la fin du premier trimestre au CIV.

#### ➤ **ISP International School**

- ✓ **4 matières obligatoires** (maths, science, anglais, histoire) + options requises par LSS suivant le grade + option ESL ou FLE
- ✓ Devoirs donnés par les professeurs à faire tous les jours/soirs en étude + travail personnel sur cours en ligne (PE portfolio, etc)
- ✓ **Une leçon de chaque matière** doit être complétée **chaque semaine** et remise ou envoyée par email aux professeurs
- ✓ Réunion tous les vendredis à 12h15 remise des 4 leçons complétées + logbook dûment rempli.



- ✓ Etude supplémentaire le vendredi après-midi, si nécessaire, pour finir les 4 leçons de la semaine non rendues.
- ✓ Toute absence/demande d'absence doit être adressée par écrit par les parents, avec justificatifs.
- ✓ Tout travail scolaire raté doit être rattrapé et toute leçon non rendue doit être remise au professeur au retour de l'absence.
- ✓ **3 bulletins scolaires** sont envoyés ainsi que des emails de suivi individuel régulier.
- ✓ Les parents et les élèves ont accès au site de Laurel Spring Highschool [www.auroralearning.com](http://www.auroralearning.com) pour consulter les résultats obtenus (online gradebook).
- ✓ Les parents peuvent aussi être au courant du suivi scolaire sur triade : [www.ispacademies.triade-educ.com](http://www.ispacademies.triade-educ.com) les identifiants pour s'y connecter sont communiqués par la scolarité.

### BAC

Entre le retour des vacances de Pâques et les épreuves du BAC, les élèves de terminale et de 1<sup>ère</sup> auront un programme sportif particulier qui leur sera communiqué. Plus de tournois à partir de la rentrée des vacances de Pâques.

### Campus du CIV

Pour tout contact avec les surveillants de garde du CIV, les ISPéens et leurs parents doivent utiliser ces informations :

E-mail : [internat@ispacademies.com](mailto:internat@ispacademies.com)

Tél : +33 (0)6 60 67 23 67

**Le planning des gardes est affiché au CIV et au club, merci de ne pas appeler ou frapper à la porte du staff qui n'est pas de garde.**

### Dates des vacances

**Rentrée** : Dimanche 4 septembre 2011 – **Réunion à 14h00 au CIV**

**Toussaint** : Samedi 22 octobre au mardi 2 novembre 2011

**Noël** : Samedi 18 décembre 2010 au lundi 2 janvier 2012

**Hiver** : Samedi 25 février au lundi 12 mars 2012

**Printemps** : Samedi 21 avril au lundi 07 mai 2012

**Été** : Samedi 23 juin 2012

Les ISPéens peuvent, s'ils le souhaitent, rester s'entraîner à l'ISP pendant les vacances de la **Toussaint, d'hiver et de printemps**. Ils doivent impérativement prévenir le staff du CIV pour les internes et leur entraîneur pour les externes **2 semaines** avant le début des vacances. **Sans nouvelles de leur part, nous les considérerons absents et ils ne seront pas prévus aux entraînements.**

Les départs doivent s'effectuer **après** les cours (vendredi soir ou samedi matin) et les retours **avant** la reprise des cours (le dimanche soir et non le lundi).

Les ISPéens scolarisés qui restent à l'ISP **en internat** pendant les vacances ont **2 heures d'étude** obligatoires le matin et entraînement l'après-midi. Les **externes** ont entraînement l'après-midi. Les internes qui deviennent externes pendant les vacances sont considérés comme externes.

### Journée type / Lever / Coucher



**7h00** : Réveil musculaire (obligatoire sauf le mercredi)  
**7h20** : Petit déjeuner  
**8h00** : Classe ou sport  
**11h30-13h30** : Déjeuner  
**13h45** : Tennis ou physique (présence sur les courts pour tout le monde pour un échauffement commun obligatoire)  
**16h** : Tennis ou physique  
**18h30-20h30** : Dîner  
**19h30-21h00** : Etudes pour les scolarisés  
**22h00** : Couvre-feu (23h00 le samedi)

### Salles de jeu et buvette

Ouverture de **12h à 13h30** et de **18h30 à 22h**

**RDC** : Buvette, ping-pong, billard, cordeur

**1<sup>er</sup> étage** : 8 ordinateurs à disposition, télé, playstation, lecture...

WIFI gratuit et disponible de 8h à 22h

Pro-shop : Voir Carole au club pour t-shirts, casquettes, grips, cordages et accessoires technifibre

**T-shirt ISP** : (bleu, blanc, kaki, bleu et rose filles) 15 euros

**Casquette ISP** : (bleue, blanche ou rouge) 15 euros

**Pack Joueur ISP 1** : 2 T-shirts + 1 casquette : 40 euros

**Pack Joueur ISP 2** : 4 T-shirts + 3 casquettes : 90 euros

**Pose cordage** : 8€ et 10€ pour le lendemain

### Laverie

Service gratuit pour les internes à l'année : les ISPéens laissent un sac de linge le mercredi et le récupère le mercredi suivant.

Possibilité d'utiliser des machines

Lavage : 3,90 €

Séchage : 1 €

### Utilisation des courts du Sophia Country Club

Il est formellement interdit de venir jouer au Sophia Country Club sans en avoir, au préalable, demandé l'autorisation au responsable de l'entraînement.

Il est par ailleurs interdit d'utiliser les courts de CMTVSA (au CIV) sans avoir effectué une réservation au club house.

### Autorisations de sortie et de déplacement

Les parents doivent absolument remplir les différentes autorisations pour que les ISPéens soient autorisés à quitter le campus et à se déplacer entre le CIV et le club. Pendant l'année, les autorisations doivent être envoyées à [internat@ispacademies.com](mailto:internat@ispacademies.com) et vous devez recevoir une confirmation pour qu'elles soient validées.

### Weekends

Les internes qui souhaitent passer les weekends hors campus doivent s'inscrire auprès du staff de l'internat et faire parvenir une autorisation de sortie par email à [internat@ispacademies.com](mailto:internat@ispacademies.com) avant le jeudi, sans quoi ils ne seront pas autorisés à sortir du campus.

**Rappel** : communiquer avec son coach pour ne pas partir alors qu'on doit jouer en tournoi.



## Transport / Navettes aéroport-gare

Afin d'être récupérés ou déposés, les ISPéens doivent absolument s'inscrire **eux-mêmes** auprès des surveillants de garde et pendant les horaires suivants :

- **Vendredi – 18h-20h**
- **Samedi – 13h-15h**
- **Dimanche – 17h-20h**

En dehors de ces horaires, les ISPéens et leurs parents sont responsables pour organiser leurs transferts.

## Bus

Les lignes et les horaires de bus de la station des Messugues (à la sortie du CIV) et de la station Eganaude (en face du Sophia Country Club) sont disponibles à <http://www.envibus.fr> pour l'aéroport de Nice N230 : [www.nice.aeroport.fr](http://www.nice.aeroport.fr)

## Taxi

### Riviera Driver

Jean Louis : 06 89 95 80 77

Julie : 06 37 87 11 03

## Hôtel des parents

Les parents qui rendent visite à leurs enfants peuvent dormir à l'hôtel des parents situé sur le campus du CIV.

**Tarif** : 50€ / nuit (petit-déjeuner compris)

**Réservations** : +33 (0)4 92 96 52 00

## Activités annexes

Des activités annexes sont proposées les weekends. Certaines sont gratuites, d'autres demandent une participation. Il est indispensable de s'inscrire afin d'y participer. Un calendrier est affiché mais les activités peuvent être dépendantes du temps.

## Communication ISPéens / Parents / Staff ISP

C'est la responsabilité des ISPéens d'être au courant des informations affichées **au CIV** (dans le hall de Bastide), **au club** (devant le bureau à l'entrée des courts couverts et sous le tunnel prêt des courts) ou **sur le site internet**. Des emails peuvent aussi être envoyés et les ISPéens doivent les vérifier régulièrement.

## Internet

Les informations affichées au club et d'autres informations utiles (activités, photos, programme tournois...) sont régulièrement affichées sur la page dédiée à cet effet à : [www.isptennisacademy.fr](http://www.isptennisacademy.fr) – cliquez sur « **documents à télécharger** »  
Merci aussi de vérifier l'agenda des événements et activités sur la homepage.

## Newsletter

Les ISPéens et leurs parents reçoivent régulièrement une lettre d'informations sur la vie de l'ISP Tennis Academy. Si vous ne la



recevez pas, demandez à Julien Bercovici de vous ajouter sur la liste.

### Dossiers en ligne

Chaque ISPéen doit avoir rempli un dossier en ligne et s'assurer que les informations y sont correctes car ce sont les informations que nous utilisons pour vous contacter. Si vous changez d'adresses ou de numéros de téléphones, merci d'envoyer les changements à Carole Marambaud [admin@ispademies.com](mailto:admin@ispademies.com).

### Administratif/Carole Marambaud

Pour toute demande administrative, merci de contacter Carole Marambaud selon l'emploi du temps suivant :

**Lundi, Mardi, jeudi, Vendredi** : 09h00-12h30, 13h30-17h00

**Mercredi** : 08h00-11h00

**Samedi** : 08h00-12h00

**Paiements : Virements / CB / chèques**

**Les paiements de l'année se font sur les comptes suivants :**

**TENNIS :**

<b>Compte :</b>	ISP ACADEMY
<b>Domiciliation :</b>	CREDIT DU NORD DRAGUIGNAN 110 Boulevard Marx Dormoy 83300 Draguignan Tel : 04 98 10 59 60
<b>IBAN :</b>	FR76 3007 6042 6510 5864 0020
<b>SWIFT :</b>	076 NORDFRPP
<b>Code Banque :</b>	30076
<b>Code Guichet :</b>	04265
<b>N° Compte :</b>	10586400200
<b>Clé RIB :</b>	76

**HEBERGEMENT :**

<b>Compte :</b>	AEPS
<b>Domiciliation :</b>	Banque Populaire Cote d'Azur – Cannes La Bocca 28 AV. Michel Jourdan
<b>Iban :</b>	FR76 1560 7000 1560 9383 5266 531
<b>Swift :</b>	CCBPRPPNCE
<b>Code Banque :</b>	15607
<b>Code Guichet :</b>	00015
<b>N° Compte :</b>	60938352665
<b>Clé RIB :</b>	31

**SCOLARITE :**

<b>Compte :</b>	ISP SPORTS ETUDES
<b>Domiciliation :</b>	CREDIT DU NORD DRAGUIGNAN 110 Bld Marx DORMOY 83300 DRAGUIGNAN
<b>IBAN :</b>	FR76 3007 6042 6510 5848 0020 031
<b>BIC :</b>	NORDFRPP
<b>Code Banque :</b>	30076
<b>Code Guichet :</b>	04265
<b>N° de Compte :</b>	10584800200
<b>Clé RIB :</b>	31





## Calendrier 2011-2012

SEPTEMBRE		OCTOBRE		NOVEMBRE	
1		1		1	
2		2		2	
3		3		3	
4		4		4	
5	<b>Intégration</b>	5		5	
6	<b>Intégration</b>	6		6	
7		7		7	
8		8		8	<b>Coaching artistique</b>
9		9		9	
10		10		10	
11		11	<b>Coaching artistique</b>	11	
12		12		12	
13		13		13	
14		14		14	
15		15		15	
16		16		16	
17		17		17	<b>Groupes Ducasse</b>
18		18		18	<b>Indiv Ducasse</b>
19		19		19	
20		20		20	
21		21		21	
22		22		22	
23		23		23	
24		24		24	
25		25	La	25	
26		26	Toussaint	26	<b>Evolution 2</b>
27		27		27	
28		28		28	
29		29		29	
30		30		30	
		31			



	DECEMBRE	JANVIER	FEVRIER	MARS
1	1		1	1
2	2		2	2
3	3		3	3
4	4		4	4
5	5		5	5
6	Coaching artistique	6	6	6
7	7	Evolution 2	7	7
8	ISPJT	8	8	8
9	9	9	9	9
10	10	Coaching artistique	10	10
11	11	11	11	11
12	12	12	12	12
13	13	13	13	13
14	Groupes Ducasse	14	14	14
15	Indiv Ducasse	15	15	15
16	16	16	16	16
17	17	17	17	17
18	18	18	18	18
19	19	Groupes Ducasse	19	19
20	20	Indiv Ducasse	20	20
21	21	21	21	21
22	22	22	22	22
23	23	23	23	23
24	Noël	24	24	24
25	25	25	25	25
26	26	26	26	26
27	27	27	27	27
28	28	28	28	28
29	29	29	29	29
30	30			30
31	31			31



AVRIL		MAI		JUN	
1		1		1	
2		2		2	
3		3		3	
4		4		4	
5		5		5	Coaching artistique
6		6		6	
7	Evolution 2	7		7	
8		8		8	
9		9		9	ISP Show
10	Coaching artistique	10		10	
11		11		11	
12		12		12	
13		13		13	
14		14		14	
15		15	Coaching artistique	15	Indiv Ducasse
16		16		16	Evolution 2
17		17		17	
18		18		18	
19	Indiv Ducasse	19		19	
20		20		20	
21		21		21	
22		22		22	
23		23		23	
24		24		24	
25	Vacances	25	Indiv Ducasse	25	
26	de Pâques	26		26	Vacances
27		27		27	d'été
28		28	ISP JT	28	
29		29		29	
30		30		30	
		31			