

ESCOLA DE TENNIS I PÀDEL

CURS

2019 | 2020



NORMATIVA GENERAL

Per poder inscriure's a les Activitats de Tennis i/o Pàdel és indispensable:

A__ Ser Soci de l'RCTB-1899.

B__ O bé, ser fill o nét de soci, constar al registre d'associats com a tal i haver abonat les quotes corresponents:

_ ASSOCIAT BENJAMÍ (-6 ANYS):
0,00 euros/trimestrals – 0,00 euros/anuals.

_ ASSOCIAT ALEVÍ (6-10 ANYS):
141,00 euros/trimestrals – 547,00 euros/anuals.

_ ASSOCIAT INFANTIL (11-14 ANYS):
168,50 euros/trimestrals – 653,75 euros/anuals.

_ ASSOCIAT JUVENIL (15-18 ANYS):
293,25 euros/trimestrals – 1.138,00 euros/anuals.

_ ASSOCIAT (19-25 ANYS):
399,75 euros/trimestrals – 1.551,00 euros/anuals.

Quotes de caràcter anual susceptibles de revisió al gener 2020. El pagament d'aquestes es farà de forma trimestral. Els alumnes que siguin baixa i alta en un termini inferior a 12 mesos hauran de regularitzar la part corresponent de les quotes endarrerides.

Els alumnes menors de 6 anys el 2019 queden exempts.

Els alumnes amb títol queden reeixits per les quotes de Soci Actiu que els corresponguin.

Tots els alumnes que no constin al registre d'abonaments de les quotes socials de l'RCTB-1899, ho hauran de fer amb anterioritat a la Secretaria del Club. L'Escola de Tennis i Pàdel es reserva el dret de no guardar la plaça fins que no quedi regularitzada la situació.

Els alumnes que no estiguin al corrent de pagament no podran formalitzar la inscripció.

MATRÍCULA ESCOLA DE TENNIS / PÀDEL

L'import de la matrícula de l'Escola de Tennis / Pàdel serà abonat de forma prorratejada a principi de cada mes, de setembre a juny, inclòs el període del Trofeu Conde de Godó.

DESCOMPTES SOCIS

Els alumnes socis menors de 18 anys tenen una reducció en la quota que suposa un 10% sobre el preu de la matrícula.

DESCOMPTES FAMILIARS

S'aplicaran descomptes a les famílies que matriculin a més de dos fills a l'Escola de Tennis i / o Pàdel:

- _ 25% EN EL TERCER FILL PER EDAT
- _ 40% EN EL QUART FILL
- _ 50% A PARTIR DEL CINQUÈ FILL

ACCÉS CLUB

Els alumnes matriculats per primera vegada a alguna de les Escoles hauran de fer arribar una fotografia de carnet a la Secretaria del Club a: ltorres@rctb1899.es amb la finalitat de poder obrir la fitxa de registre. Una vegada realitzat aquest procés, en el transcurs de 24-48h podran dirigir-se a l'entrada del Club per digitalitzar la seva empremta dactilar i tenir accés d'entrada i sortida de l'RCTB-1899.

TROFEU CONDE DE GODÓ

Durant el desenvolupament del Barcelona Open Banc Sabadell, Trofeu Conde de Godó 2020 així com durant els períodes de muntatge i desmuntatge del torneig, els espais quedaran reduïts per necessitats d'aquest.

L'Escola habilitarà nous espais per a que l'activitat ordinària quedi afectada el mínim. Els nous espais seran degudament informats mitjançant els canals de comunicació del Club.

TORNEJOS I COMPETICIONS

Les inscripcions individuals no estan incloses a les quotes d'entrenament. L'Escola es reserva el dret de notificar amb antelació les condicions econòmiques de les competicions que requereixin viatges de llarga durada.

CERTIFICAT MÈDIC

Tots els alumnes matriculats hauran de presentar un certificat mèdic esportiu que els acrediti com a aptes per a la pràctica esportiva, o en el seu defecte, firmar la fulla de conformitat.

LLICÈNCIA FEDERATIVA

Tot alumne que hagi d'estar en possessió de la llicència federativa de la Federació Catalana de Tennis o Pàdel, segons l'esport en el que estigui inscrit. Aquesta llicència inclou l'assegurança obligatòria de la mutualitat esportiva, o en el seu defecte, el Club la tramitarà segons tarifes de la federació corresponent.

VESTIMENTA DEL CLUB

Portar la vestimenta del Club serà obligatori en totes les competicions i recomanable durant els entrenaments. A tots els alumnes se'ls farà entrega d'una vestimenta RCTB-1899 (polo + faldilla o pantaló). En el moment de realitzar la inscripció, es demanaran les mides de l'alumne/a, el cost d'aquesta vestimenta és de 50 euros, inclosos a la quota mensual del curs. Si un alumne es dona de baixa abans de finalitzar el curs, haurà de pagar la part corresponent als mesos pendents (5 euros/mes).

GUARDERIA

Tots els alumnes inscrits en qualsevol de les Escoles de l'RCTB-1899, Tennis, Pàdel, Natació gaudiran del servei gratuït de Guarderia, dissabtes i diumenges de 10 a 13h. Per a la resta de nens/es, el preu serà de 12 euros/dia que es facturarà a mes vençut.

HORARIS

L'Escola de Tennis i Pàdel es reserva el dret de canviar o modificar horaris, dates i seus d'entrenament publicats segons les necessitats.

BAIXES I MODIFICACIONS

Qualsevol baixa o modificació haurà de ser degudament notificada i justificada enviant un e-mail a agamell@rctb1899.es

Només s'acceptarà la baixa del curs anual o la interrupció del mateix per causes de força major i sempre juntament a la seva pertinent justificació que ho acrediti. En aquest cas, l'alumne quedarà exempt del pagament dels rebuts dels entrenaments, però en cap cas de les quotes socials que queden regulades segons els Estatuts de l'RCTB-1899. En absència de documentació que justifiqui la baixa, serà necessari abonar la part del restaurant dels entrenaments del curs anual.

Quan per inclemències meteorològiques, o causes alienes al Club, s'hagin de suspendre els entrenaments, s'oferirà classe de preparació física o activitats alternatives. Així mateix, l'Escola de Tennis i Pàdel tindrà preferència en l'ús de la zona del poliesportiu.

Les classes en grup són a títol personal i intransferible. No es permet la cancel·lació d'aquestes classes, i en cap cas, es recupera la classe ni l'import.

DRETS D'IMATGE

En el moment de realitzar una primera inscripció, se sol·licitarà als pares dels alumnes (en cas de ser menors d'edat) o als alumnes el dret de cessió de la seva imatge per a que autoritzin a l'RCTB-1899 a realitzar fotografies i/o filmacions, i a utilitzar-les en les seves accions de comunicació.

CODI DE CONDUCTA

Els alumnes inscrits en qualsevol dels cursos de les Escoles de Tennis i/o Pàdel quedaran subjectes a la normativa disciplinària descrita en el Reglament General de Règim Intern de l'RCTB-1899.

El Club es reserva el dret d'admissió a aquests cursos.

ENTRENAMENT EN ALTRES CENTRES I TRASLLAT A TORNEJOS

Els pares o tutors dels alumnes inscrits a l'Escola accepten el trasllat dels mateixos a altres centres col·laboradors de l'RCTB-1899 per realitzar els entrenaments, així com a seus de competicions i tornejos.

INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS 2019-2020

Poden realitzar les inscripcions a través de la web: www.rctb1899.es (accedint a la zona soci amb el seu nº de DNI i la seva contrasenya). Qualsevol dubte es pot consultar a: agamell@rctb1899.es o bé directament a la Secretaria del Club de dilluns a divendres, de 8:30 a 18:30h.

Tots els alumnes matriculats durant el curs 2018-2019 gaudiran d'un termini de matrícula que els permetrà reservar la plaça pel curs 2019-2020.

Tots aquells que no es matriculin dins del període establert (abans del 3 de setembre), no tindran garantida la plaça i hauran de registrar-se per la inscripció ordinària per a alumnes no matriculats durant el curs 2018-2019.

En cap cas s'acceptarà l'assistència d'un alumne sense haver complimentat amb anterioritat el full d'inscripció.

PERÍODE D'INSCRIPCIÓ CURS 2019-2020

Abans del 3 de setembre (per a alumnes matriculats durant el curs 2018-2019).

A partir del 3 de setembre (per a alumnes NO matriculats durant el curs 2018-2019).

Les places són limitades.

ESCOLA DE TENNIS

SECCIÓ DE BASE

Del 13 de setembre de 2019 al 17 de juny de 2020. Coordinador de secció: **Xavi Alujas**.
Alumnes: **entre 4 i 10 anys**. Lloc: **RCTB-1899 i Liceu Francès**.

L'objectiu principal d'aquesta secció és que els més petits puguin adquirir les habilitats motrius, la tècnica bàsica i els coneixements tàctics més elementals del tennis.

L'alumne evoluciona a través de 4 etapes fins a concloure la seva formació bàsica:

1_

**FAMILIARITZACIÓ
AMB EL TENNIS**

2_

MINI TENNIS

3_

**INICIACIÓ
TÈCNICA**

4_

**EVOLUCIÓ
TÈCNICA**

- _ 3/4 NENS PER PISTA I ENTRENADOR
- _ FINS A TRES DIES D'ENTRENAMENT
- _ EQUIP TÈCNIC ESPECIALITZAT
- _ INTRODUCCIÓ A LA COMPETICIÓ: INDIVIDUAL I PER EQUIPS
- _ PISTES I MATERIAL ADAPTATS
- _ VESTIMENTA RCTB-1899

1_ FAMILIARIZACIÓ AMB EL TENNIS

Aquesta etapa se centra en el desenvolupament de la psicomotricitat general, la familiarització amb els elements del tennis (raqueta, pilota, xarxa i terreny de joc), l'estímul de la coordinació òculo-manual i l'adaptació a un nou entorn (dinàmica de grup, monitors i club).

Alumnes amb 4 anys complerts en el moment de la inscripció.

DIES I HORARIS

Dimecres de 15.30 a 17.00h. o de 17.30 a 19.00h.

Dissabtes de 10.00 a 11.30h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana. Total: 45 euros/mes.

Dos dies a la setmana. Total 74 euros/mes.

2_ MINI TENNIS

Els objectius d'aquesta segona etapa son la millora de la psicomotricitat general i especifica, la familiarització amb la tècnica bàsica des d'un enfocament global i la iniciació al joc del tennis.

Alumnes nascuts durant l'any 2014.

DIES I HORARIS

Dimecres de 15.30 a 17.00h. o de 17.30 a 19.00h.

Dissabtes de 10.00 a 11.30h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana. Total: 45 euros/mes.

Dos dies a la setmana. Total: 74 euros/mes.

3_ INICIACIÓ TÈCNICA

Els objectius d'aquesta tercera etapa son la introducció a la tècnica i tàctica bàsiques del joc del tennis.

Alumnes: nascuts durant els anys 2012 i 2013.

DIES I HORARIS

Dimecres de 15.30 a 17h. o de 17.30 a 19:00h.

Divendres de 17.30 a 19.00h. (nascuts l'any 2013)

Divendres de 18.00 a 19.30h. (nascuts l'any 2012)

Dissabtes de 10.00 a 11.30h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Dos dies a la setmana. Total: 63 euros/mes.

Tres dies a la setmana. Total: 94 euros/mes.

4_ EVOLUCIÓ TÈCNICA

L'objectiu d'aquesta quarta etapa és perfeccionar la tècnica i la tàctica bàsiques del joc del tennis.

Alumnes nascuts durant els anys 2010 i 2011.

DIES I HORARIS

Dilluns de 17.30 a 19.00h. (nascuts l'any 2011).

Dilluns de 18.00 a 19.30h. (nascuts l'any 2010).

Dimecres de 15.30 a 17.00h. o de 18.00 a 19.30h.

Dissabtes de 09.30 a 11.00h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Dos dies a la setmana. Total: 63 euros/mes.

Tres dies a la setmana. Total: 94 euros/mes.

SECCIÓ DE BENJAMINS

Del 9 de setembre de 2019 al 19 de juny de 2020. Coordinador de secció: **Josep Monclús.**

Alumnes: **nascuts de l'any 2010 al 2012.** Lloc: **RCTB-1899 i Liceu Francès.**

La finalitat d'aquesta secció és potenciar els alumnes benjamins amb les millors habilitats tècniques i físiques per a la pràctica del tennis, mitjançant un intens programa de desenvolupament de tres anys, introduint-los plenament en el món de la competició. La selecció dels alumnes d'aquesta escola es farà segons criteri tècnic.

- _ 2/3 ALUMNES PER PISTA
- _ SERVEI DE COACH
- _ CALENDARI DE COMPETICIONS INDIVIDUALITZAT
- _ SEGUIMENT EN COMPETICIÓ
- _ ENTRENAMENTS INTENSIVS
- _ UTILITZACIÓ DE TECNOLOGIES AUDIOVISUALS
- _ VESTIMENTA RCTB-1899

DIES I HORARIS

Benjamins 1 (any 2012)

Dimecres de 17.30 a 19.30h.

Divendres de 17.30 a 19.30h.

Dissabtes d'11.00 a 13.00h.

Benjamins 2 (any 2011)

Dimarts de 17.30 a 19.45h., a l'RCTB-1899

Dimecres de 18.15 a 20.30h., a l'RCTB-1899

Divendres de 18.15 a 20.30h., a l'RCTB-1899

Benjamins 3 (any 2010)

Dilluns de 17.30 a 19.45h., a l'RCTB-1899

Dimecres de 17.30 a 20.50h., a l'UP Cornellà

Dijous de 17.30 a 19.45h., a l'RCTB-1899

QUOTES D'ENTRENAMENT

Benjamins 1. Total: 120 euros/mes.

Benjamins 2 i 3. Total: 174 euros/mes.

SECCIÓ DE COMPETICIÓ

Del 9 de setembre de 2019 al 19 de juny de 2020. Coordinador de secció: **Albert Angulo.**

Alumnes: **nascuts des de l'any 2002 al 2009.**

Orientada a aquells alumnes que, a criteri tècnic, posseeixen unes habilitats tècniques, tàctiques, físiques i mentals destacades, amb l'objectiu de potenciar-les per aconseguir un nivell alt de tennis i afrontar les competicions amb les màximes garanties. Es realitzaran els entrenaments a les diferents seus de que disposem: l'RCTB-1899 i l'UP Cornellà.

La seu d'entrenament, així com els horaris, es determinaran a criteri tècnic.

- _ SEGUIMENT CIRCUITS: RAFA NADAL TOUR, MARCA, TENNIS EUROPE, ITF JUNIORS.
- _ SERVEI DE COACH
- _ SEGUIMENT DE COMPETICIÓ
- _ SUPORT NUTRICIONAL
- _ SUPORT PSICOLÒGIC ESPECÍFIC
- _ ENTRENAMENTS INTENSIVS
- _ UTILITZACIÓ DE TECNOLOGIES AUDIOVISUALS
- _ VESTIMENTA RCTB-1899

1_ ESCOLA DE COMPETICIÓ CLUB

Coordinador de secció: **Marc Visiedo.**

Aquesta secció està destinada a aquells alumnes que finalitzen la seva etapa en l'Escola Base i que, a criteri tècnic, han adquirit unes habilitats mínimes necessàries per a introduir-se amb garanties suficients en el món de la competició.

- _ 2/3 ALUMNES PER PISTA

DIES I HORARIS

Alumnes nascuts en el 2007, 2008 i 2009

Preferentment dilluns, dimarts, dijous i divendres de 17.30 a 19.30h.

Alumnes nascuts en el 2004, 2005 i 2006

Preferentment de dilluns a divendres, de 18.30 a 20.30h.

Alumnes nascuts en el 2002 i 2003

Preferentment dilluns, dimarts, dimecres i dijous, de 19.30 a 21.30h.

Els dies d'entrenament es decidiran a criteri tècnic, segons nivell i edats.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Dos dies a la setmana.
Total: 107,25 euros/mes.

Tres dies a la setmana.
Total: 157,25 euros/mes.

2_ SECCIÓ DE COMPETICIÓ

Coordinador de secció: **David Serrano**.

Aquesta secció està destinada, preferentment, a aquells alumnes que finalitzen la seva etapa a l'Escola de Benjamins, que a criteri tècnic han adquirit les habilitats necessàries i volen viure de ple el món de la competició.

- _ ENTRENAMENT INDIVIDUALITZAT
- _ CALENDARI DE COMPETICIÓ PERSONALITZAT
- _ 2 A 3 ALUMNES PER PISTA

DIES I HORARIS

Dilluns, dimarts, dimecres, dijous i divendres, de 17.30 a 20.45h.

Mínim de 3 dies d'entrenament a la setmana. Els dies d'entrenament es decidiran a criteri tècnic, segons nivell i edats.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Tres dies a la setmana:
Total: 195 euros/mes.

Quatre dies a la setmana:
Total: 220 euros/mes.

3_ SECCIÓ D'ALT RENDIMENT

Coordinador de secció: **Eloi Abelló**.

Aquesta secció està destinada preferentment, i a criteri tècnic, a alumnes a partir de 14 anys que volen introduir-se d'una manera professional en el món del tennis. L'accés a aquesta secció és a criteri tècnic.

- _ ENTRENAMENT INDIVIDUALITZAT
- _ CALENDARI DE COMPETICIÓ PERSONALITZAT
- _ PREPARACIÓ FÍSICA INDIVIDUALITZADA
- _ 1 A 2 ALUMNES PER PISTA

DIES I HORARIS

De dilluns a divendres, de 15.00 a 18.45h.

Mínim de 3 dies d'entrenament a la setmana.

Els dies d'entrenament es decidiran a criteri tècnic, segons nivell i edats.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Tres dies a la setmana:
Total: 225 euros/mes.

Quatre dies a la setmana:
Total: 250 euros/mes.

Cinc dies a la setmana:
Total: 275 euros/mes.

4_ GRUP “NEXT GEN”

Coordinador de secció: **Albert Angulo**.

Aquesta secció està destinada a aquells alumnes provinents de la secció d'Alt Rendiment que intenten donar el pas al tennis professional, i entrenaran en doble sessió amb estudis adaptats.

- _ ENTRENAMENT INDIVIDUALITZAT EN SESSIÓ DE MATÍ I TARDA
- _ PREPARACIÓ FÍSICA ADAPTADA A LES NECESSITATS DE CADA JUGADOR
- _ CALENDARI DE COMPETICIONS PERSONALITZAT
- _ 1 O 2 ALUMNES PER PISTA

DIES I HORARIS

Matins: a convenir segons necessitats de Club i col·legi.

Tardes: de dilluns a divendres, de 15.00 a 18.30h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Cinc dies a la setmana:
Total 600 euros/mes.

SECCIÓ DE TECNIFICACIÓ

Del 9 de setembre de 2019 al 19 de juny de 2020. Coordinador de secció: **Marc Visiedo.**

Alumnes: **nascuts des de l'any 2002 al 2009.** Lloc: **RCTB-1899 i Liceu Francès.**

Aquesta secció està orientada a aquells nois/es de 10 a 18 anys que tenen com a objectiu desenvolupar les bases tècniques, tàctiques i físiques del tennis, combinant les vessants lúdica i competitiva.

- _ 4/5 ALUMNES PER PISTA
- _ COMPETICIONS POR EQUIPS I INDIVIDUALS
- _ INTER CLUBS AMISTOSOS
- _ INFORME DE FI DE CURS
- _ VESTIMENTA RCTB-1899

DIES I HORARIS

Nascuts entre el 2007 i el 2009, preferentment

dilluns, dimarts i dijous, de 17.30 a 19.15h.
i de 18.15 a 20.00h.

Dimecres de 17.30 a 19.15h.

Divendres de 17.30 a 19.15h. i de 18.30 a 20.15h.

Nascuts entre el 2004 i el 2006

dilluns, dimarts i dijous, de 19.30 a 21.15h.

Dimecres de 19.00 a 20.45h.

Divendres de 19.45 a 21.30h.

Nascuts en el 2002 i 2003

dilluns a dijous, de 19.30 a 21.30h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana

Total: 58 euros/mes.

Dos dies a la setmana:

Total: 105 euros/mes.

SECCIÓ D'ALTA COMPETICIÓ

Coordinador de secció: **Carlos Gómez.**

Aquesta secció està orientada als alumnes de l'Escola de Tennis que s'endinsen en el món professional. Es per aquells alumnes que intenten ser jugadors professionals.

- _ ENTRENAMENT INDIVIDUALITZAT EN SESSIÓ DE MATÍ I TARDA
- _ PREPARACIÓ FÍSICA ADAPTADA A LES NECESSITATS DE CADA JUGADOR
- _ CALENDARI DE COMPETICIONS PERSONALITZAT
- _ 1 O 2 ALUMNES PER PISTA

DIES I HORARIS

Entrenaments en doble sessió de matí i tarda, en horaris a convenir segons necessitats del Club i del jugador.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Cinc dies a la setmana:
Total: 1.800 euros/mes
(socis del RCTB-1899 750 euros/mes).

SECCIÓ UNIVERSITÀRIA

Del 30 de setembre de 2019 al 19 de juny de 2020. Coordinador de secció: **Víctor Sánchez.**

Alumnes: **amb edats compreses entre els 18 i 25 anys.** Lloc: **RCTB-1899.**

Aquesta secció està orientada tant per aquells socis joves o fills de socis, entre 18 i 25 anys, que vulguin iniciar-se i perfeccionar el seu joc d'una manera lúdica i integral, com per als que vulguin intensificar els entrenaments i preparar-se per a les competicions. Els entrenaments inclouen una sessió de preparació física adaptada a les necessitats de cada grup.

DIES I HORARIS

Dilluns, dimarts, dimecres i dijous,
de 19.30 a 21.30h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana: Total: 71 euros/mes.

Dos dies a la setmana: Total: 116 euros/mes.

SECCIÓ D'ADULTS

Del 9 de setembre de 2019 al 19 de juny de 2020. Coordinador de secció: **Juan Saigós.**

Lloc: **RCTB-1899.**

Dirigida tant als socis de l'RCTB-1899 que vulguin iniciar-se en el tennis i perfeccionar la seva tècnica d'una manera lúdica i integradora, com als que vulguin intensificar els entrenaments i preparar-se per a les competicions.

Els entrenaments inclouen una sessió de preparació física adaptada al nivell de cada grup.

DIES I HORARIS

Dilluns, dimarts, dijous i divendres,
de 17.30 a 19.00h.

Dilluns, dimarts, dijous i divendres,
de 18.30 a 20.00h.

Dilluns a divendres, de 19.00 a 20.30h.

Dilluns a divendres, de 20.00 a 21.30h.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana:
Total: 71 euros/mes.

Dos dies a la setmana:
Total: 116 euros/mes.

ESCOLA DE PÀDEL

Responsable tècnic: **Fede Vives**, Director Àrea de Pàdel de l'RCTB-1899 (fvives@rctb1899.es)

Períodes de classe

Del 9 de setembre al 20 de desembre

Del 7 de gener al 19 de juny

Criteri de nivells a càrrec del professor

Obligatori posseir la llicència FCP

Vestimenta RCTB-1899 inclosa

CURS ANUAL DE PÀDEL INFANTIL

Alumnes nascuts entre els anys 2002 i 2013.

Mínim 2 nens/es per pista. Tenen com a objectiu iniciar als alumnes en les habilitats i les tècniques bàsiques del pàdel d'una manera lúdica i formativa. Inclou 30 minuts de preparació física.

DIES I HORARIS

ESCOLA D'INICIACIÓ

Alumnes nascuts entre els anys 2009 i 2013

De dilluns a divendres, de 17.30 a 19.00h
(Preparació física de 18.30 a 19.00h.).

ESCOLA DE TECNIFICACIÓ

Alumnes nascuts entre 2005 i 2008

De dilluns a divendres, de 18.30 a 20.00h.
(Preparació física de 19.30 a 20.00h.).

ESCOLA DE COMPETICIÓ

Alumnes nascuts entre el 2002 i 2004

De dilluns a divendres, de 19.30 a 21.00h.
(Preparació física de 20.30 a 21.00h.).

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana:

Total: 64,5 euros/mes

Dos dies a la setmana:

Total 123,5 euros/mes.

PLACES LIMITADES

CURS ANUAL DE PÀDEL ADULTS

3/4 alumnes per pista. Classes amb cubells d'exercicis per iniciar-se o millorar la tècnica del pàdel amb partit final. Inclou 15 minuts de preparació física específica en pista.

DIES I HORARIS

Tardes

De dilluns a divendres, de 18.00 a 19.15h.

De dilluns a divendres, de 19.00 a 20.15h.

De dilluns a divendres, de 20.00 a 21.15h.

(Preparació física en pista, de 19.00 a 19.15h.
i de 21.00 a 21.15h.)

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana:

Total: 109 euros/mes

Dos dies a la setmana:

Total 180 euros/mes.

PLACES LIMITADES

CLASSE PARTIT ANUAL PROFESSOR

Dirigida a 3 socis que vulguin jugar un partit fixe 1 hora setmanal amb el professor. Correccions tàctiques i tècniques durant el partit, sense cubells d'exercicis.

HORARI

De dilluns a divendres, durant tot el dia,
segons disponibilitat del professor.

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un partit a la setmana:

Total: 102 euros/mes

Dos partits a la setmana:

Total 175 euros/mes.

CURS ANUAL UNIVERSITARI

Orientat a tots els universitaris/es socis o fills de socis, d'entre 18 i 25 anys, que vulguin perfeccionar el seu joc amb horaris adaptats per poder compatibilitzar amb els estudis.

DIES I HORARIS

Tardes

De dilluns a dijous, de 20.30 a 21.45h.

De dilluns a dijous, de 21.15 a 22.30h.

(Preparació física en pista de 20.30 a 20.45h.
i de 21.15 a 21.30h.)

QUOTES D'ENTRENAMENT

Un dia a la setmana:

Total: 92 euros/mes

Quinzenal, dos dies al mes:

Total: 46 euros/mes

PATROCINADORS



LAND MOTORS



Lenovo



COLABORADORS

