

FORMEM PERSONES, EDUCANT-LES EN VALORS MITJANÇANT EL TENNIS

El Club Tennis de la Salut utilitza a la seva Escola de Tennis una metodologia pròpia que té com a missió principal aconseguir que els seus alumnes adquireixin la tècnica del tennis i, per damunt de tot, **fomentar els valors** que els han d'ajudar a construir la seva actitud més enllà de l'esport.

LA BASE FORMATIVA PIVOTA EN TRES EIXOS

- 1 *Conduir i controlar el procés d'aprenentatge*
- 2 *Ensenyar utilitzant tots els recursos, tecnologies i sistemes*
- 3 *Sistematitzar l'aprenentatge tècnic i tàctic*

ESCOLA TENNIS MAJORS 18 ANYS

HORARI

Dilluns: de 20 h a 21 h
Dimarts: de 18 h a 19 h / de 19 h a 20 h / de 20 h a 21 h
Dimecres: de 20 h a 21 h
Dijous: de 18 h a 19 h / de 19 h a 20 h / de 20 h a 21 h
Dissabte: d'11 h a 12 h

GRUPS: Iniciació i Perfeccionament

PREUS	soci	no soci
1 dia	660€	845€
2 dies	1.065€	1.340€
3 dies	1.605€	2.010€

CLASSES PARTICULARS DE TENNIS

HORARI

De dilluns a divendres de 8 h a 18 h i de 20 h a 23 h
Dissabtes i diumenges de 15 h a 22 h

ENTRENADORS

Beto Martín, Carles Poch, Miquel Capdevila, Ramon Canosa, Marc Rocafort, Alex Casadesús, Alexander Katz, Albert José-Maria, Ferran Romero, Roger Romero.

PREUS	soci	no soci
Individual		
1 classe/mes	35€	45€
4 classes/mes	120€	155€
2 alumnes		
1 classe/mes	25€	32€
4 classes/mes	80€	105€
3 alumnes		
1 classe/mes	17€	22€
4 classes/mes	52€	67€
4 alumnes		
1 classe/mes	14€	20€
4 classes/mes	44€	57€

Preu classe-partit individual: 35€

EQUIPAMENT

A l'inici del curs es lliurarà a tots els alumnes (excepte els del Baby Tennis) l'equipament oficial del Club consistent en: un polo de màniga curta, un pantaló o faldilla i una dessuadora. Es recomana la seva utilització en els entrenaments. Els alumnes que participin en els campionats hauran de jugar amb el nou equipament oficial.

NOTES

- A tots els grups i nivells de l'escola infantil i juvenil a més de les hores de tennis corresponents es realitzarà treball de preparació física, treball de concentració i treball d'anàlisi pre i post-partit.
- Tots els grups tenen un límit de places, en cas que s'exhaureixin es comunicarà el més aviat possible. Es tramitarà la llicència de jugador/a a tots els alumnes de l'escola que competeixin.
- No hi haurà classes el dia 31 de març de 2018.

DESCOMPTES

- 4% descompte als alumnes que aquest curs 2017/18 s'inscriguin un dia més que en el curs anterior
- 2,5% descompte al segon fill inscrit en qualsevol de les modalitats i escola
- 5% descompte al tercer fill inscrit en qualsevol de les modalitats i escola

INSCRIPCIONS

A la pàgina web del Club: www.ctlasalut.com podeu imprimir el full d'inscripció i enviar-ho per e-mail: esportiva@ctlasalut.com

FORMA DE PAGAMENT

A) Comptat B) Terminis

Si s'escull a terminis s'abonarà el 30% del total del curs el mes d'octubre i la diferència en vuit terminis de novembre 2017 a juny 2018.

El fet d'inscriure's comporta el pagament de tot el curs, ja sigui al comptat o bé a terminis.

L'alumne que es matriculi durant els mesos de setembre i octubre, haurà d'abonar el curs complet. Quan es matriculin a partir del mes de novembre s'abonarà la part proporcional del curs més un 15% del curs en concepte de matrícula.



RESPONSABLE
ESCOLA DE TENNIS:
Carles Poch

RESPONSABLE
ESCOLA DE COMPETICIÓ:
Beto Martín

ESCOLA DE TENNIS / INFANTIL - JUVENIL - ADULTS



CURS 2017-18 DEL 4 DE SETEMBRE 2017 AL 20 DE JUNY 2018

BABY TENNIS

DE 3 A 5 ANYS

L'objectiu principal d'aquesta activitat és que els més petits s'acostin al tennis d'una forma lúdica motivant-los a aprendre el domini de la raqueta. Es fomenta l'aprenentatge d'habilitats relacionades amb aspectes tècnics del tennis (cops bàsics de dreta i revés, empunyadures...), familiarització amb els elements del tennis (xarxa, raqueta, pilota...) i es treballa per a que puguin adquirir les habilitats motrius bàsiques.

HORARI

Dissabtes de 10.30 a 12h i de 12 a 13:30h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

Jocs de dinamització i familiarització amb l'entorn, treball dels conceptes propis del tennis i les habilitats psicomotrius segons el nivell del grup.

PREU DE L'ENTRENAMENT	soci	no soci
	47€/mes	57€/mes

INICIACIÓ

L'objectiu d'aquesta etapa és que els alumnes assentint les bases treballades a l'etapa anterior (bases de la coordinació motriu, del treball de velocitat i del treball tècnic) i que s'iniciïn en el treball de flexibilitat i amplitud de moviment, i en el treball de resistència.

HORARI

Dilluns a divendres de 18 a 20h
Dissabtes de 10 a 12h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

1h de tennis + 1h de preparació física

PREU DE L'ENTRENAMENT		soci	no soci
	1 dia	855€	1.045€
	2 dies	1.410€	1.740€
	3 dies	1.870€	2.320€

PERFECCIONAMENT

L'objectiu d'aquesta etapa és la millora de totes les capacitats condicionals (millora del treball de força, velocitat, resistència...) i aconseguir una constància en el joc. S'intensifiquen i reforcen totes les bases tècniques, tàctiques i físiques del tennis. I s'inicien en el treball de prevenció de lesions.

HORARI

Dilluns a divendres de 18 a 20h / 19 a 21h
Dissabtes de 10 a 12h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

1h de tennis + 1h de preparació física

PREU DE L'ENTRENAMENT		soci	no soci
	1 dia	855€	1.045€
	2 dies	1.410€	1.740€
	3 dies	1.870€	2.320€

COMPETICIÓ NIVELL II

L'objectiu d'aquesta etapa és aconseguir una òptima evolució en el joc del jugador, s'incideix molt en la tècnica dels alumnes. Es continua el treball de preparació per a competir a circuits juvenils, campionats, equips, ... Els jugadors tenen l'opció de venir a entrenar tots els dies si el que volen és dedicar-se forces hores a millorar el seu tennis i compaginar-ho amb els estudis al matí.

Segons l'objectiu de cada jugador, es personalitza al màxim la metodologia de l'entrenament. A més, se'ls acompanya amb un entrenador als tornejos/competicions.

HORARI

Dilluns a divendres de 16 a 19h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

2h de tennis + 1h de preparació física

PREU DE L'ENTRENAMENT		soci	no soci
	2 dies	1.935€	2.395€
	3 dies	2.645€	3.290€
	4 dies	3.260€	4.050€
	5 dies	3.920€	4.880€

MINI TENNIS

A PARTIR DELS 6 ANYS

L'objectiu principal d'aquesta etapa és que els nens i nenes puguin adquirir els coneixements tàctics més fonamentals, les habilitats motrius elementals i la tècnica bàsica del tennis. Els alumnes entrenen sense deixar de divertir-se mentre treballen la coordinació motriu, la velocitat, i les tècniques i regles esportives.

HORARI

Dimarts i dijous de 18 a 20h / Dissabtes de 10 a 12h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

1h de tennis + 1h de treball de coordinació i motricitat per a la pràctica del tennis.

PREU DE L'ENTRENAMENT		soci	no soci
	1 dia	795€	970€
	2 dies	1.235€	1.525€

PRECOMPETICIÓ

L'objectiu d'aquesta etapa és el perfeccionament i correcte aplicació del treball tècnic-tàctic i físic. Està orientat a tots els joves que vulguin un entrenament exclusiu enfocat a una millora ràpida.

HORARI

Dimarts i dijous de 18 a 21h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

2h de tennis + 1h de preparació física

PREU DE L'ENTRENAMENT		soci	no soci
	1 dia	880€	1.075€
	2 dies	1.445€	1.785€

COMPETICIÓ NIVELL I

L'objectiu d'aquesta etapa és aconseguir el màxim rendiment esportiu, optimitzant el treball tècnic-tàctic i físic. També es treballa molt tot el que fa referència a la preparació de les competicions oficials per dotar als jugadors de recursos suficients per poder fer front amb garanties cada partit.

HORARI

Dilluns, dimecres, divendres de 18 a 21h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

2h de tennis + 1h de preparació física (inclou winner)

PREU DE L'ENTRENAMENT		soci	no soci
	2 dies	1.575€	1.955€
	3 dies	1.925€	2.380€

ALTA COMPETICIÓ

Dirigida per Beto Martin, l'objectiu d'aquesta escola és treballar en jugadors professionals i altres que opten a ser-ho i volen treballar de valent amb entrenadors d'alt nivell.

Els entrenaments són de matí i tarda fins a les 17h, es poden combinar amb estudis nocturns i les competicions. L'escola acull alumnes de varies nacionalitats. Els entrenadors acompanyen als jugadors als tornejos.

HORARI

Dilluns a divendres de 9 a 12h i de 15 a 17h

ESQUEMA DE LES SESSIONS

4h de tennis + 1h de preparació física

PREU DE L'ENTRENAMENT		soci	no soci
		1.220€/mes	1.530€/mes

*Llicència a part