

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 DE TENNIS

INFANTIL / JUVENIL / ADULTS

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	675€	860€
2 dies	1.085€	1.365€
3 dies	1.635€	2.050€

CLASSES PARTICULARS DE TENNIS

HORARI

De dilluns a divendres de 8 h a 18 h i de 20 h a 23 h

ENTRENADORS

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

PREUS	soci	no soci
Individual		
1 classe/mes	35€	45€
4 classes/mes	122€	155€
2 alumnes		
1 classe/mes	25€	32€
4 classes/mes	80€	105€
3 alumnes		
1 classe/mes	17€	22€
4 classes/mes	53€	67€
4 alumnes		
1 classe/mes	15€	20€
4 classes/mes	45€	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. 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 20 d'abril de 2019.
- Si per causa de la meteorologia hem de mantenir les pistes de tennis tancades, l'horari de l'escola de tennis infantil i juvenil serà de 18.00 h a 20.00 h i es farà classe teòrica i preparació física.

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 2018 a juny 2019.

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 2018-19

DEL 3 DE SETEMBRE 2018 AL 22 DE JUNY 2019



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 10.00 a 11:30h i de 11:30 a 13:00h

DATES

Del 8 de setembre de 2018 al 30 de juny

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
	48€/mes	58€/mes

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	810€	990€
2 dies	1.260€	1.555€

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	870€	1.065€
2 dies	1.440€	1.775€
3 dies	1.905€	2.365€

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	900€	1.095€
2 dies	1.470€	1.820€

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	870€	1.065€
2 dies	1.440€	1.775€
3 dies	1.905€	2.365€

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	1.605€	1.990€
3 dies	1.960€	2.425€

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	1.970€	2.440€
3 dies	2.695€	3.355€
4 dies	3.320€	4.125€
5 dies	3.995€	4.975€

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
	1.245€/mes	1.560€/mes

*Licència a part