

POLIDEPORTIVO PRE-COMPETICIÓN NAZARET PLAZAS LIMITADAS

¿QUÉ OFRECEMOS?

Programa dirigido a jugadores de **entre 10 y 18 años** con un nivel medio o medio alto de tenis que quieran disfrutar de un entrenamiento de competición en un ambiente saludable, combinando entrenamiento de tenis y disputa de partidos.

Grupos reducidos.

Desde las **08:45h** y hasta las **14:15h**

SEMANAS

JULIO

Semana del 1 al 5 de julio

Semana del 8 al 12 de julio

Semana del 15 al 19 de julio

Semana del 22 al 26 de julio

*de lunes a viernes

ACTIVIDADES

09:00h - 11:00

Calentamiento y entrenamiento en pista: técnica/táctica

11:00h - 11.30h

Almuerzo

11:30h - 12:30h

Preparación física, multi-deporte, clases teóricas (reglas, comportamiento)

12:30h - 13:30h

Ejercicios de control y competición

14.00h

Recogida alumnos

*el orden de las actividades puede variar según organización

PRECIOS

	ALUMNOS FTCV	NO ALUMNOS FTCV
SEMANA SUELTA	85€	89€
2 SEMANAS	149€	159€
3 O MÁS SEMANAS	70€/por semana	75€/por semana