



## ESCUELA DE TENIS CURSO 2017-2018

1 de junio de 2017.

Estimados padres/madres y alumn@s

Nos dirigimos a ustedes con el fin de hacerles saber que el próximo curso 2017-2018 se iniciará el miércoles 13 de septiembre de 2017.

Aquellos alumnos del curso 2016-2017 que deseen asegurar mantener su plaza deberán presentar el formulario de inscripción antes del 30 de junio de 2017.

A partir del 1 de julio de 2017 se adjudicarán las plazas disponibles a nuevos alumnos. Dado el alto volumen de peticiones, les recomendamos que las entreguen en la oficina del club o por correo electrónico lo antes posible pues serán tramitadas por orden de llegada.

e-mail de Contacto: [info@mallorcatenisclub.com](mailto:info@mallorcatenisclub.com)

En el siguiente documento encontrarán toda la información referente a los horarios y grupos del curso 2017-18, incluye el formulario que se deberá presentar obligatoriamente debidamente cumplimentado y firmado para poder iniciar el curso.

En todos los casos para que la reserva de plaza quede confirmada se deberá abonar el importe de una mensualidad que quedará en depósito para cubrir cualquier baja o falta de pago no justificada hasta la finalización del curso, de no producirse corresponderá al mes junio de 2018. (No será reembolsada salvo en caso de baja por fuerza mayor)

PRECIOS:

MATRICULA 35€ (sólo para nuevos alumnos)

### TENIS

1 h./semana: 35 €/mes (sólo viernes)  
2 h./semana: 60 €/mes  
3 h./semana: 80 €/mes

### MINITENIS

1 h./semana: 35 €/mes (sólo viernes)  
2 h./semana: 50 €/mes  
3 h./semana: 75 €/mes

El pago de cuotas mensuales deberá realizarse en efectivo en la oficina del Club o por transferencia bancaria los 5 primeros días de cada mes.

Atentamente,

Tomás Salom



## ESCUELA DE TENIS CURSO 2017-2018

### **MINI TENIS (de 5 a 7 años)** lunes y miércoles 17:45-18:30 / martes y jueves 17:05- 17:45 y 17:45-18:25 /viernes 17:30-18:25

El objetivo principal es que los más pequeños se acerquen al tenis de una forma lúdica, motivándoles a aprender el dominio de la raqueta a través de los juegos y la diversión. Se fomenta el aprendizaje de habilidades relacionadas con aspectos técnicos del tenis (golpes básicos de drive i revés, empuñaduras, ...), familiarización con los elementos del tenis (red, raqueta, pelota, ...). Utilizaremos bolas más grandes y ligeras para facilitar el aprendizaje de una técnica correcta que será la base de la progresión.

### **INICIACIÓN (a partir de 8 años)** lunes y miércoles 17:30-18:25 / martes y jueves 17:30-18:25 / viernes 17:30-18:25

El objetivo es que los alumnos asienten las bases trabajadas en la etapa anterior (bases de la coordinación motriz, del trabajo de velocidad y del trabajo técnico) y que se inicien en el trabajo de flexibilidad y resistencia. Los alumnos entrenan sin dejar de divertirse mientras trabajan la coordinación motriz, la velocidad y las técnicas y reglas deportivas. Aprenderán a jugar sus primeros intercambios y puntos con otros jugadores de su nivel. Utilizaremos bolas de baja presión y más ligeras para consolidar una técnica correcta que será la base de la progresión.

### **PERFECCIONAMIENTO** lunes y miércoles 18:30-19:25 / martes y jueves 18:30-19:25 / lunes, miércoles y viernes 18:30-19:25

El objetivo de esta etapa es la mejora de todas las capacidades condicionales (coordinación, fuerza, velocidad, resistencia ...) y conseguir constancia en el juego. Se intensifican y refuerzan todas las bases técnicas, tácticas y físicas del tenis. Se iniciarán en el trabajo de prevención de lesiones. Jugaremos los primeros sets tanto en individuales como en dobles.

### **PRECOMPETICIÓN** lunes y miércoles 19:30-20:25 / viernes 19:30-20:25 / lunes, miércoles y viernes 19:30-20:25

El objetivo de esta etapa es el perfeccionamiento y correcta aplicación del trabajo técnico-táctico y físico. Así mismo nos iniciaremos en el trabajo mental eficiente durante el juego. Está orientado a todos los jóvenes que quieran un entrenamiento lúdico, dinámico y con posibilidad de iniciarse en la competición si lo desean.

## ACADEMIA DE COMPETICIÓN 2017-2018

Dirigida por Angel Inocencio para jugadores profesionales y otros que opten a serlo o a conseguir una beca universitaria en USA. Los entrenamientos son de mañana y/o tarde y se pueden combinar con estudios y competiciones. Según el objetivo de cada jugador, se personaliza al máximo la metodología del entrenamiento. El objetivo es conseguir el máximo rendimiento seleccionando un patrón de juego según las características específicas de cada jugador y trabajando la técnica, el físico y el juego mental para poder llevarlo a la práctica en competición. Los jugadores tienen la opción de a entrenar todos los días. Además, se les asiste en las competiciones.