



CAMPUS DE COMPETICION TENIS O PADEL 2021

PLANIFICACION

Horario de mañana:

- ✓ Entrada entre las 9.00h y las 10.00h
- ✓ Entrenamiento de 10.00h a 13.00h

Horario de tarde:

- ✓ Entrada a las 18.00h
- ✓ Entrenamiento de 18.00h a 21.00h

Los entrenamientos consistirán en 2 horas de pista(tenis o padel) en grupos de máximo 5 alumnos y 1 hora de preparación física específica para tenis y padel.

OPCIONAL: COMIDA Y PISCINA

De 13.30H. a 13,45 H. Desplazamiento a la piscina en la furgoneta del club.

De 13.45 H. a 14.30 H. Piscina controlada por los monitores y socorristas.

De 14.30 H. a 15.15 H. Comida en el Restaurante de la piscina.

De 15.15 H. a 17.00 H. Recogida de los niños.

PAGOS

Las cuotas de los Campus de competición se abonarán en el momento de concretar la reserva de plaza.

MATERIAL NECESARIO

- 2 RAQUETAS O PALAS.
- TOALLA Y GORRA.
- ZAPATILLAS TENIS O PADEL Y RUNNING.
- BEBIDA ISOTONICA Y AGUA.
- COMIDA(BARRITAS,FRUTA,ETC..).