SALUD y BIENESTAR

INSCRIPCIÓN ESCUELA TENIS

☐ **MATRÍCULA** 35,00€

·Pago único

☐ **Escuela INICIACIÓN / INTERMEDIO / AVANZADO**

horas / semana	€ / mes
1	52,62€
1,30	59,96€
2	69,53€
2,30	76,89€
3	82,70€
3,30	87,05€
4	89,33€
4,30	92,80€
5	97,56€
5,30	102,33€
6	107,22€

-Descuento del 10% en la cuota más baja si se apunta un hermano.

☐ **Escuela ADULTOS** (mayores de 20 años)

horas / semana	€ / mes
2	72,60€
3	90,75€
4	108,90€

☐ **TARIFA SEGUNDA ESCUELA**

·Si te apuntas a 2 de nuestras escuelas obtendrás un 50% de descuento en la tarifa más baja.

☐ **VENTAJAS DE SER ALUMNO DE UNA DE NUESTRAS ESCUELAS**

·Por ser alumno de una de nuestras escuelas tendrás estas ventajas:

-Acceso GRATIS al Fitness y a la Piscina cualquier día de la semana, según edades y tarifa*.

-Descuento del 50% en los alquileres de tenis y padel cualquier día de la semana.

*Edad mínima: 12 años Tarifa mínima: 2h / semana.

INFO: C/ Sáhara, 26 - 07703 - Mahón - Tel.: 971 36 25 35 - info@malbugercentrodeportivo.com - www.malbugercentrodeportivo.com

INFORMACIÓN

ESCUELA
Malbúger Centro Deportivo

En la cultura del bienestar, en la que nos identificamos cada vez más con un estilo de vida saludable, el tenis está considerado como una alternativa ideal. Todos nuestros alumnos siguen un programa de desarrollo que mezcla diferentes aspectos del entrenamiento, con el objetivo de lograr una mejorar tanto física como mental. Todo ello, sin olvidar el importante aspecto socializador de nuestra actividad.

GRUPOS de INICIACIÓN

Es el nivel en donde el alumno coge por primera vez una raqueta y entra en una pista de tenis para hacer una clase. En este nivel las clases tienen que ser lo más divertidas posibles con ejercicios de psicomotricidad, habilidades y coordinación añadidos a los ejercicios técnicos.

GRUPOS de INICIACIÓN AVANZADA

Este es el nivel del alumno más aventajado que viene de la fase de iniciación y le damos vital importancia a aprender bien la técnica de los golpes básicos (drive, revés, voleas y los primeros pasos para el saque) y ya les empezamos a entrenar con ejercicios más dinámicos y más en movimiento con muchas repeticiones para mecanizar bien el movimiento y en el futuro consigan un gesto técnico fluido.

GRUPOS de PERFECCIONAMIENTO

En este nivel es donde el alumno ya tiene un nivel medio y en él entrenamos la mejoría de la calidad del golpe en todos sus sentidos, a nivel técnico, desplazamientos, direcciones, profundidad, estrategia y táctica, para que a la hora de jugar un partido o la disputa de puntos en un entreno, todos los conocimientos que van adquiriendo los vayan aplicando y de esta forma se lo pasen mejor.

GRUPOS de PRE-COMPETICIÓN

En este nivel el alumno ya tiene un nivel medio alto y empieza a competir, jugando sus primeros torneos federados y es donde se le pide una mayor implicación en todos los sentidos porque el nivel de los entrenos es alto. El objetivo en este nivel es dar el salto a la siguiente etapa de la competición con totales garantías.

GRUPOS de COMPETICIÓN

En este nivel el alumno ya posee un nivel alto y compite durante todo el año por lo que se le pide la máxima implicación en todos los sentidos porque la exigencia es máxima a nivel táctico, técnico, estratégico, físcio y mental para que a la hora de disputar un partido de competición lo afronten con total garantías para que cuando se encuentren con obstáculos sepan reaccionar ante ellos porque de lo contrario puede crearles frustración, miedo, mala actitud, etc.