



# Intensivos de TENIS y PADEL VERANO 2020

## DEL 8 DE JUNIO AL 30 DE AGOSTO

FECHAS (Este año más opciones que nunca!!!!)		
JUNIO	JULIO	AGOSTO
o Del 8 al 21 de Junio	o Del 6 al 19 de Julio	o Del 17 al 30 de Agosto
o Del 22 de Junio al 5 de Julio	o Del 20 de Julio al 2 de Agosto	

**ELIGE LOS CURSOS QUE MEJOR SE ADAPTEN  
A TUS NECESIDADES**

**y si no te encaja, consúltanos e intentaremos  
ofrecerte la alternativa que más te interese**



UN DIA SEMANAL			
CURSOS PROGRAMADOS	HORAS DIA	TOTAL HORAS CURSO	PRECIO
Viernes	1:30 Horas/día	3 Horas	47 €uros (Quincena)
Sabado			
Domingo			

DOS DIA SEMANALES			
CURSOS PROGRAMADOS	HORAS DIA	TOTAL HORAS CURSO	PRECIO
Lunes + Miércoles	1:30 Horas/día	6 Horas	85 €uros (Quincena)
Martes + Jueves			
Sábado + Domingo			



**Descuento del 10% para  
2ª quincena y sucesivas**

CINCO DIAS SEMANALES			
CURSOS PROGRAMADOS	HORAS DIA	TOTAL HORAS CURSO	PRECIO
Lunes a Viernes (Intensivo Standard)	1 Hora Día	10 Horas	135 €uros (Quincena)
Lunes a Viernes (Campus)	2 Horas/día + 1 Hora/día Físico	20 Horas + 10 Horas Físico	295 €uros (Quincena)



**Más información e Inscripciones en la Oficina de la Escuela de Tenis y Padel**

**Tlf.: 91.603.05.18 – 663.932.459**

**tenis@clubmr.com / padel@clubmr.com**

# Intensivos y Campus de Tenis y Padel 2020

Escuela de Tenis y Padel Club Monte Rozas

Fechas, precios y opciones en cartel  
informativo (Siguiendo página)

## INFORMACIÓN GENERAL

**MAXIMO POR GRUPOS Y PROTOCOLO COVID-19.-** Tanto en niños como adultos todos los grupos serán reducidos, con un máximo de 4 alumnos por pista. Asimismo se cumplirán todos los protocolos establecidos, tanto desde el Club Monte Rozas como desde las Federaciones de Tenis y Padel.

**EDADES.-** Este año todos nuestros grupos estarán dirigidos a niños a partir de 8 años y adultos.

**DESCUENTOS.-** Para inscripciones de 2 o más quincenas, se aplicará un 10% de dto. sobre la/s quincena/s adicionales. El descuento se aplicará, en caso de diferentes importes, sobre el menor de ellos.

**INFORMACIÓN e INSCRIPCIONES:** Para hacer la inscripción se deberá abonar la reserva de plaza (30 €uros) a descontar del precio total de la actividad contratada. Puedes ampliar toda la información en la oficina de nuestra Escuela, o llamando a los teléfonos **91.603.05.18 / 663.93.24.59** o por correo electrónico en **tenis@clubmr.com / padel@clubmr.com**

## ESPECIFICACIONES CAMPUS DE TENIS o PADEL

Dirigido a jugadores que quieran una preparación específica, que ya participan en torneos federados o que quieran dar un paso más en su preparación, vamos a realizar el 5º campus de tenis y padel en la escuela.

El día comenzará con una parte (1 hora) dedicada a la preparación física específica en el tenis o padel, para posteriormente y tras un descanso realizaremos una entrenamiento en pista dirigido a la mejora técnica y táctica, así como a la disputa de partidos.

### Distribución de la Jornada y opciones de horario:

Programa Mañanas	Actividad
09:15 a 10:15 h.	Preparación Física
10:15 a 10:30 h.	Descanso
10:30 a 12:30 h.	Tenis o Padel

Programa tarde	Actividad
18:45 a 19:45 h.	Preparación Física
19:45 a 20 h.	Descanso
20 a 22 h.	Tenis o Padel