

CORSO DI AVVIAMENTO o PERFEZIONAMENTO

RAGAZZI/E DAGLI 8 AI 16 ANNI (2009-2018)

Percorsi pensati per ragazzi e ragazze che vogliono crescere nel tennis in modo **efficace, costante e divertente**.

Sviluppiamo **tecnica, tattica, coordinazione, preparazione fisica** e **mentalità di gioco** in un ambiente **positivo e motivante**.



CORSO MONOSETTIMANALE

 **1 LEZIONE
A SETTIMANA**
da 50 minuti

COSTO ANNUALE
 **€ 470,00**

 **DIVISIBILE IN 2 RATE**
I rata € 270,00
II rata € 200,00

COSA IMPARERANNO



TECNICA
dei colpi
fondamentali



TATTICA
e comprensione
del gioco



COORDINAZIONE
e capacità motorie



MIGLIORAMENTO
progressivo
e costante



RISPETTO
delle regole e
del compagno



PASSIONE
e divertimento
prima di tutto



IL NOSTRO APPROCCIO

- ✓ Lezioni coinvolgenti e strutturate per imparare divertendosi.
- ✓ Attenzione alle potenzialità di ogni ragazzo, con obiettivi personalizzati.
- ✓ Un ambiente positivo e motivante che valorizza l'impegno e la crescita personale.

*CRESCIAMO INSIEME,
DENTRO E FUORI DAL CAMPO!*

CORSO BISETTIMANALE

 **2 LEZIONI
A SETTIMANA**
da 50 minuti l'una

COSTO ANNUALE
 **€ 940,00**

 **DIVISIBILE IN 2 RATE**
I rata € 540,00
II rata € 400,00

COSA IMPARERANNO



TECNICA
Miglioramento dei colpi
e perfezionamento
dei fondamentali



TATTICA
Comprensione del gioco
e sviluppo delle strategie
in campo



**PREPARAZIONE
FISICA**
Coordinazione, agilità,
velocità e resistenza



PROGRESSO
Allenamenti costanti
per migliorare e
superare i propri limiti



RISPETTO
Rispetto delle regole,
degli avversari e
del compagno



PASSIONE
Divertimento,
motivazione e amore
per il tennis



IL NOSTRO APPROCCIO

- ✓ Programmi personalizzati in base all'età, al livello e agli obiettivi.
- ✓ Allenamenti dinamici e coinvolgenti per sviluppare il massimo potenziale.
- ✓ Attenzione alla crescita completa dell'atleta: tecnica, fisica e mentale.
- ✓ Un ambiente positivo che valorizza l'impegno, l'autonomia e la voglia di migliorare.

*IMPEGNO, COSTANZA,
CRESCITA: IL NOSTRO OBIETTIVO!*



Via Monte Nero, 15
Garbagnate Milanese (MI)



Info e iscrizioni
+39 351 6344666

