

# ESCUELAS DE TENIS 2022-23



DIRECCIÓN TÉCNICA:

FEDERICO DE GENARO

Santa   
Bárbara  
Club de Campo

# PRESENTACIÓN DE LA ESCUELA DE TENIS

Para el Equipo Técnico del SBCC es un placer presentarles la oferta deportiva para la temporada 2022/23

El programa de la Escuela de Tenis contempla cursos para todos los niveles y edades , todos los días de la semana de lunes a domingo.

Nuestro objetivo es crear una escuela de calidad , dando especial hincapié en la competición tanto individual como por equipos, creando ciclos específicos e incorporando un programa de competición.

El seguimiento diario en la evolución del alumno con fichas de evaluación trimestral, videoanálisis de los jugadores y horas dedicadas a tutorías para aquellos padres que quieran información sobre el desarrollo de sus hijos, son elementos innovadores de esta temporada..

Apostamos por un equipo profesional, formado y con una gran motivación para hacer frente a todas las demandas y niveles de nuestros socios,

Nuestra escuela esta adaptada al sistema del Registro Profesional del Tenis (RPT) y al sistema de desarrollo Tenis por Etapas de la Real Federación Española de Tenis (RFET).

Esperamos que puedan disfrutar con nosotros de la práctica del Tenis.



# PRE-TENIS

“EL PRE-TENIS ES UN MEDIO NO UN FIN”

(4-6 AÑOS)

PELOTA NARANJA

Objetivos etapa:

- 1.- Encauzar la actividad deportiva del niño.
- 2.-Trabajo en pista de mini-tenis como inicio al mundo del tenis.
- 3.-Enriquecer habilidades y destrezas con raquetas en nuestros alumnos. (coordinación mano-pelota)
- 4.-Transmitir actitudes, costumbres y valores por medio de la diversión.

PROGRAMACIÓN DE GRUPOS

*De lunes a viernes: 17:30 h.*

*Sábados y/o Domingos :11:30 h.*

*Se recomienda 1 o 2 días de clases.*

*(máximo 6 alumnos por pista).*

Precio:

	<u>socio</u>	<u>no socio</u>
1 día/semana	36€	54€
2 días/semana	55€	82€

“JUEGO, DIVERSIÓN, PSICOMOTRICIDAD”

# INICIACIÓN

(7-10 AÑOS)

PELOTA “PUNTO VERDE”

## OBJETIVOS ETAPA:

- 1.- Utilización correcta de las empuñaduras.
- 2.- Ejecución de los golpes básicos.
- 3.- Realización del juego de pies básico.
- 4.- Utilización de la dirección y profundidad
- 5.-conocimiento de las reglas del tenis.

## OBJETIVOS TRIMESTRALES

1ª etapa (oct-nov-dic)	2ª etapa (ene-feb-mar)	3ª etapa (abr-may-jun)
*Técnica de golpes básicos	*Técnica de golpes básicos *Técnica desplazamientos	*Técnica de golpes básicos *Técnica desplazamientos *Control, direcciones

## “LA ILUSIÓN ES LA BASE”

### PROGRAMACIÓN DE GRUPOS

De lunes a viernes: de 17:30 30 A 18:30 (1 hora)

Sábados y/o Domingos :de 11:30 A 12:30

Frecuencia de entrenamiento recomendada 2 días

(máximo 6 alumnos por pista)

### PROGRAMA COMPETICIÓN

- 1.- Intercubles con encuentros amistosos.
- 2.-Circuito interno por edades con puntuación y máster final.
- 3.- Integración en el circuito de la federación tenis card.

### PRECIO:

	<u>socio</u>	<u>no socio</u>
1 día/semana	50€	75€
2 días/semana	77€	118€
3 días/semana	105€	159€

# “SABER GOLPEAR NO QUIERE DECIR SABER JUGAR”

## AVANZADOS

**(10-12 AÑOS)**

### PELOTA AMARILLA

#### Objetivos etapa:

- 1.- aumento del ritmo, variedad de desplazamientos.
- 2.- inicio de golpes con efecto.
- 3.- progresión de los golpes básicos
- 4.- creación de un patrón de juego adecuado a las características del jugador.
- 5.- creación de situaciones de partido.
- 6.- iniciación a la competición.

#### PROGRAMACIÓN DE GRUPOS

*De lunes a viernes : de 18:30 a 20:00 h.*

*(1 hora de tenis + 30' de preparación física)*

*Sábados y/o Domingos :de 12:30 A 13:30*

*(máximo 5 jugadores por pista)*

#### PROGRAMA COMPETICIÓN

- 1.- Liga interclubes “A”.
- 2.- Circuito interno por niveles y máster final
- 3.- Integración en el circuito de la ftcv.

#### PRECIO:

	<u>socio</u>	<u>no socio</u>
1 día/semana	67€	101€
2 días/semana	85€	127€
3 días/semana	116€	173€

#### OBJETIVOS TRIMESTRALES

<u>1ª etapa (oct-nov- dic)</u>	<u>2ª etapa (ene-feb-mar)</u>	<u>3ª etapa (abr-may-jun)</u>
*Empuñaduras	*Altura	*Patrones de juego
*Terminaciones	*Dirección	*Efectos (liftado/cortado)
*Apoyos estáticos	*Apoyos no estaticos	
	*Recuperación posición espera	

# PRECOMPETICIÓN

**“COMPETIR NO ENSEÑA A JUGAR  
SOLO A  
COMPETIR”**

Desde 10 años y acceso con prueba de nivel

## CONCEPTO:

Entrenamiento específico para aquellos jugadores que quieran un entrenamiento extra en los fines de semana y que una parte importante del entrenamiento va orientada a competir.

Los entrenamientos podrán ser tanto técnicos como realización de competiciones.

## OBJETIVOS ETAPA:

- 1.- La «competición» es parte del trabajo diario.
- 2.- Trabajamos para adaptar la técnica con el fin de mejorar los ejercicios de competición.
- 3.- Trabajamos la táctica como estructura de juego.
- 4.- Trabajo de precisión en la trayectoria de la pelota.

## PROGRAMACIÓN DE CLASES

*Viernes : de 18:30 a 20 horas.*

*Sábados: de 16:30 a 18:00 horas..*

*Frecuencia de entrenamiento 3 días por semana.*

*(máximo 4 jugadores por pista)*

## PROGRAMA COMPETICIÓN

- 1.- Liga Interclubes “A”.
- 2.- Circuito interno por niveles con puntuación y máster final
- 3.- Integración en el circuito de la FTCV

## PRECIO:

	<u>socio</u>	<u>no socio</u>
1 día/semana	67€	101€
2 días/semana	85€	127€
3 días/semana	116€	

<u>OBJETIVOS TRIMESTRALES</u>		
<u>1ª etapa (oct-nov- dic)</u>	<u>2ª etapa (ene-feb-mar)</u>	<u>3ª etapa (abr-may-jun)</u>
*Control *Desplazamientos *Competición	*Patrones de juego *Incremento de potencia	Competición

# JUNIORS

(14-18 AÑOS)

## OBJETIVOS ETAPA:

- 1.- Utilización de forma efectiva de todos los golpes
- 2.- Trabajamos para adaptar la técnica con el fin de mejorar los ejercicios de competición.
- 3.- Trabajamos la táctica como estructura de juego.
- 4.- Trabajo de precisión en la trayectoria de la pelota.

**“SIMPLEMENTE JUEGA. DIVIÉRTETE. DISFRUTA DEL JUEGO”**

## PROGRAMACIÓN DE GRUPOS

Martes y/o jueves: de 19:30 a 21:00.

(máximo 4 alumnos por pista)

## PROGRAMA COMPETICIÓN

- 1.- Interclubes amistosos
- 2.- Circuito interno por niveles con puntuación y máster final

## PRECIO:

	socio	no socio
1 día/semana	71€	106€
2 días/semana	88€	133€

## OBJETIVOS TRIMESTRALES

1ª etapa (oct-nov- dic)	2ª etapa (ene-feb-mar)	3ª etapa (abr-may-jun)
*Control *Desplazamientos	*Patrones de juego *Incremento de potencia	Competición

# ADULTO

## “SIMPLEMENTE JUEGA. DIVIÉRTETE. DISFRUTA DEL JUEGO”

Destinado a :

jugadores/as de edad adulta que deseen aprender todos los conceptos del tenis, hacer deporte y pasarlo bien.

### Objetivos:

- 1.- ejecución correcta de gestos técnicos.
- 2.- trato profesor alumno constante (solucionar las necesidades que te plantee el jugador).
- 3.- creación de patrones de juego dependiendo del perfil del jugador.
- 4.- trabajo de precisión en la trayectoria de la pelota.

### PROGRAMACIÓN DE CLASES

*De lunes a viernes: 19:30 y 20:30 horas  
Sábados y Domingos: 10:30 a 11:30 horas  
(máximo 4 alumnos por pista)*

### PROGRAMA COMPETICIÓN

- 1.- Torneos amistosos interclubes
- 2.- Torneos internos:

### Precio :

	<u>socio</u>	<u>no socio</u>
1 día/semana	51€	76€
2 días/semana	77€	108€



# PROGRAMA COMPETICIÓN TENIS

## 1 TRIMESTRE

- 1 INICIO RANKING MASCULINO/FEMENINO
- 1 TORNEO EXPRESS MIXTO
- 1 INTERCLUBES AMISTOSO
- 1 TORNEO NAVIDAD NIÑOS/JUVENILES
- 2 TORNEOS SUB 10-14



Santa   
Bárbara  
Club de Campo