

# REGOLAMENTO

L'iscrizione al Tennis Camp/Stage dovrà essere effettuata entro il mercoledì della settimana precedente con pagamento della quota.

In caso di assenza con motivazione valida, la partecipazione potrà essere recuperata nelle settimane successive; in caso di assenza ingiustificata la quota non verrà restituita.

Ogni seria violazione delle regole del Camp (danneggiamento delle strutture, mancato rispetto ad istruttori e compagni, comportamento scorretto) comporteranno l'allontanamento dal Camp.

Lo staff tecnico non è responsabile di eventuali smarrimenti o danneggiamenti ad oggetti personali (cellulari, videogiochi, ...). Sconsigliamo pertanto l'utilizzo di questi durante la giornata.

# SCHEDA D'ISCRIZIONE

NOME.....COGNOME.....

NATO/A a.....

CODICE FISCALE.....

Via.....Città.....prov.....

TELEFONO.....

e-mail.....

NOTE.....

.....

FIRMA DI UN GENITORE.....



# CAMP & STAGE TENNIS

10 GIUGNO -30 AGOSTO  
ESTATE 2019



TENNIS CLUB  
ALBA

## TENNIS STAGE

Per ragazzi dai 9 ai 16 anni,  
dal lunedì al venerdì dalle ore 9 alle ore 12,  
con possibilità di frequenza fino alle 17.

Lo stage è rivolto a ragazzi che  
svolgono attività agonistica o che hanno  
già avuto diverse esperienze di gioco.

L'attività prevede:

- 1h30' corso di tennis
- 1h30' preparazione atletica  
o corso di nuoto
- Pranzo presso il ristorante del Circolo
- Attività ludico motorie e match

**PERIODO:**

- 1° SETTIMANA 10-14 GIUGNO
- 2° SETTIMANA 17-21 GIUGNO
- 3° SETTIMANA 24-28 GIUGNO
- 4° SETTIMANA 1-5 LUGLIO
- 5° SETTIMANA 8-12 LUGLIO
- 6° SETTIMANA 15-19 LUGLIO
- 7° SETTIMANA 22-26 LUGLIO
- 8° SETTIMANA 29 LUGLIO - 2 AGOSTO
- 9° SETTIMANA 26 AGOSTO - 30 AGOSTO

## TENNIS CAMP

Per bambini dai 6 ai 12 anni,  
dal lunedì al venerdì dalle ore 9 alle ore 17.

Il Camp è rivolto a bambini principianti o  
che sono alle prime esperienze di gioco.

L'attività prevede:

- 1h corso di tennis
- 1h corso di nuoto
- 1h attività di preatletismo  
- sport di squadra
- Pranzo presso il ristorante del Circolo
- Attività ludico motorie
- Piscina

**PERIODO:**

- 1° SETTIMANA 10-14 GIUGNO
- 2° SETTIMANA 17-21 GIUGNO
- 3° SETTIMANA 24-28 GIUGNO
- 4° SETTIMANA 1-5 LUGLIO
- 5° SETTIMANA 8-12 LUGLIO
- 6° SETTIMANA 15-19 LUGLIO
- 7° SETTIMANA 22-26 LUGLIO
- 8° SETTIMANA 29 LUGLIO - 2 AGOSTO
- 9° SETTIMANA 26 AGOSTO - 30 AGOSTO

## CORSO DI NUOTO

Si organizzano corsi di  
nuoto collettivi e individuali  
per bambini e adulti.

## LEZIONI DI YOGA

Si organizzano lezioni di  
YOGA al tramonto a bordo  
piscina tutti i mercoledì  
dalle 19:30.

## CORSI DI TENNIS

Possibilità di svolgere  
lezioni di tennis individuali  
e collettive per qualsiasi  
livello di gioco e di età.

## PERSONAL TRAINER

Possibilità di avere un  
personal trainer per la tua  
preparazione atletica