



TEAM AGONISTI STG ESTATE 2021

14 GIUGNO - 12 SETTEMBRE 2021

Gli allenamenti estivi del team agonisti avranno durata di 2 h 30' inclusivi di tennis e preparazione fisica.

La sede degli allenamenti sarà il centro sportivo di Branzola (Via Pianfei 69, Villanova Mondovì), con i suoi 2 campi in terra rossa e 1 in erba sintetica.

Lunedì, Mercoledì, Venerdì 9.15-12.45

Gruppo 1: 09.15-11.45;

Gruppo 2: 10.15-12.45

Programma:

15' Attivazione

1 h Preparazione fisica+tennis

1 h Tennis

15' Defaticamento

STAFF:

Giordano Ludovico → DIRETTORE TECNICO E MAESTRO

Zucco Emanuele → MAESTRO

Vigna Lorenzo → PREPARATORE FISICO E MAESTRO

QUOTE	ABBONATI	NON ABBONATI
SINGOLA SEDUTA DI ALLENAMENTO	20 €	30 €
SETTIMANA DA 3 SEDUTE	50 €	80 €

Costo stagionale dell'abbonamento ai campi di Branzola: 150 €

L'abbonamento stagionale dà diritto a giocare sui campi del centro liberamente, ed è utile per consentire ai ragazzi di integrare con delle partite con i propri compagni di gruppo, gli allenamenti con i maestri dello staff, senza dover pagare quote ulteriori per il campo

Si richiede di:

- prenotare le lezioni entro il Venerdì della settimana precedente per consentire l'organizzazione dei gruppi

- effettuare il pagamento settimanale alla propria prima lezione della settimana in contanti o tramite sistema digitale (satispay, bonifico)

Le ore prenotate vanno saldate anche in caso di assenza con la possibilità di recuperarle in altri giorni, anche di settimane successive, in cui c'è spazio nei gruppi