



## TEAM AGONISTI STG INVERNO 21-22

11 OTTOBRE 2021 - 29 MAGGIO 2022

Gli allenamenti invernali del team agonisti avranno durata di 2 h 30', comprensivi di attivazione, tennis, preparazione fisica e defaticamento. La sede degli allenamenti sarà il centro sportivo di Branzola (Via Pianfei 69, Villanova Mondovì), con i suoi 2 campi in terra rossa all'aperto e 1 in erba sintetica coperto.

Tutti i giorni da Lunedì a Venerdì,  
Turno 1: 14.15-16.45;  
Turno 2: 16.15-18.45

STAFF:

Giordano Ludovico → DIRETTORE TECNICO E MAESTRO

Zucco Emanuele → MAESTRO

Vigna Lorenzo → PREPARATORE FISICO E MAESTRO

La frequenza raccomandata va da 3 a 5 allenamenti alla settimana

<b>FREQUENZA</b>	<b>QUOTA MENSILE PER GLI 8 MESI</b>
3 ALLENAMENTI A SETTIMANA	280
4 ALLENAMENTI A SETTIMANA	340
5 ALLENAMENTI A SETTIMANA	375

Per gli iscritti al team agonisti sono inclusi:

- maglietta e pantaloncino della nuova linea d'abbigliamento STG
- tessera fit agonistica per la stagione 2022 per la Asd STG
- tessera sociale della Asd STG

Si richiede di effettuare il pagamento della quota mensile entro il primo allenamento di ogni mese in contanti o con satispay o tramite bonifico

Gli allenamenti sono sospesi in concomitanza con le vacanze scolastiche. Le lezioni saltate dal giocatore con preavviso di almeno 24 ore, possono essere recuperate durante la stagione nel caso di disponibilità di posto in altro gruppo conforme, le lezioni annullate a causa della scuola tennis verranno recuperate al termine dei corsi entro il termine delle scuole.

Per coloro che vogliono partecipare agli allenamenti del team agonisti ma con frequenza ridotta, le quote sono:

<b>FREQUENZA</b>	<b>QUOTA MENSILE PER GLI 8 MESI</b>
SINGOLO ALLENAMENTO	110
2 ALLENAMENTI A SETTIMANA	210

sono inclusi:

- maglietta e pantaloncino della nuova linea d'abbigliamento STG
- tessera sociale della Asd STG