

# SCUOLA ADDESTRAMENTO TENNIS INVERNALE 2017-2018

dal 2 ottobre 2017 al 31 maggio 2018

La S.A.T propone a tutti i ragazzi dai 4 ai 18 anni la possibilità di allenarsi seguendo vari corsi, ognuno con un programma specifico che tiene conto delle capacità e delle esigenze dell'allievo

**Corso propedeutico:** per bambini da 4 a 6 anni, con lo scopo di migliorare le capacità coordinative attraverso il gioco ed il divertimento e di familiarizzare con alline, racchette e campo da tennis. Frequenza: 1 volta alla settimana

**Corso minitennis:** per bambini di 6/8 anni, un corso nel quale si comincia ad avere un primo approccio ai colpi, palleggio e anche partita, sempre in modo esclusivamente ludico e divertente. Frequenza: da 1 a 3 volte alla settimana.

**Corso miditennis:** per bambini di 9/10 anni, qui già si ha l'uso di palle e attrezzi simili a quelli degli adulti. Il ragazzo è portato a disputare i primi incontri e allo sviluppo di tutti i colpi fondamentali. Frequenza: da 1 a 3 volte alla settimana

**Corso over 10:** allenamenti in condizioni di campi, palle e racchette standard per tutti i ragazzi che vogliono avvicinarsi a questo sport per poi proseguire a livello agonistico o per divertimento. Frequenza: 1 o 3 volte alla settimana.

**Preparazione atletica:** per ragazzi dai 6 ai 18 anni, con lo scopo di sviluppare capacità fisiche e motorie. Frequenza: 1 o 3 volte alla settimana.

Dal 18 al 22 settembre settimana Gratis  
di prova tutti i giorni dalle 16 alle 19.  
Inoltre nelle giornate del 18, 20, 22 settembre prova  
gratuita di preparazione atletica e preparazione mentale

Le domande di iscrizioni dovranno essere ritirate presso  
l'istruttore o il circolo e consegnate entro martedì 26 settembre.  
Gli orari saranno poi esposti in visione da domenica 1 ottobre.

## STAFF TECNICO



Versari Matteo  
Direttore Tecnico  
Scuola S.A.T.  
Istruttore FIT 2° Grado  
340 3768611



Ersinettini Mattia  
Insegnante  
Scuola S.A.T.  
Istruttore FIT 1° Grado



Camprini Matteo  
Preparatore atletico  
Scuola S.A.T.  
Preparatore fisico 1° Grado  
329 2008291



Ceroni Andrea  
Preparatore atletico  
Scuola S.A.T.  
Laureato in  
Scienze motorie

## AGONISTICA E PRE-AGONISTICA



Il Circolo Tennis Castel Bolognese, ha come obiettivo il miglioramento psicofisico di ogni atleta, attraverso il lavoro e il divertimento, senza perdere di vista il confronto con gli altri.

## NOVITÀ AGONISTICA 2017

Preparazione Mentale  
per tutte le Categorie

Marabini Diletta  
Preparatore mentale Scuola S.A.T.  
Laureata in Psicologia



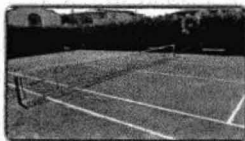
## CORSI PER ADULTI

Si organizzano corsi di tennis di avviamento e perfezionamento per adulti per avvicinare anche i più grandi a questo divertente e salutare sport. I corsi, formati da gruppi di massimo 4 persone, hanno la durata di 8 lezioni con la frequenza variabile di 1 o 2 volte alla settimana. Tutte le sere dalle 19 alle 22.

Possibilità di organizzare corsi di preparazione atletica al tennis per adulti.

## Tennis Club Castel Bolognese A. S. D.

Via Donati 195 - 48014 Castel Bolognese RA  
Tel. e Fax Segreteria **0546 55726**  
Tel. Bar e prenotazioni **0546 55134**



2 campi in terra rossa,  
coperti



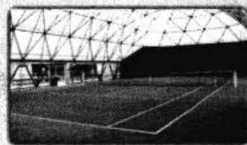
bar - spazi verdi



campo da calcetto



campo da racchetta



2 campi in sintetico  
coperti fissi

## SPONSOR



## Tennis Club Castel Bolognese A. S. D.

# SCUOLA ADDESTRAMENTO TENNIS INVERNALE 2017-2018

per ragazzi e adulti  
di tutte le età  
settimana gratuita dal  
**18 al 22 settembre**

Con il patrocinio dei Comuni di:

Castel  
Bolognese



Solarolo



Casola  
Valsenio

