

CAMPAMENTO DEPORTIVO REAL AERO CLUB DE CÓRDOBA (de lunes a viernes, del 26/6 al 28/7)

CAMPAMENTO DEPORTIVO

Actividades físicas y deportes: natación, baloncesto, voleibol, tenis, pádel, balonmano, fútbol, beisbol, tenis playa, etc.

Actividades lúdicas y talleres creativos

Gynkanas

Talleres bilingües (alemán/ ingles)

Objetivos

- ✓ Aprender y mejorar **habilidades físicas** como la coordinación, la movilidad, la velocidad, la resistencia, etc.
- ✓ Aprender y mejorar la **práctica de diversos tipos de deporte** como el baloncesto, la natación, balonmano, el futbol, el tenis, el pádel, el voleibol, atletismo, beisbol, tenis de playa.
- ✓ Desarrollar **competencias y habilidades sociales** como el compañerismo, el respeto, la tolerancia, la comunicación y la empatía.
- ✓ Aprender y desarrollar la **inteligencia emocional**: manejar las emociones, desarrollar la **creatividad** y subir la **autoestima**.

CAMPAMENTO INTENSIVO TENIS-PADEL

Entrenamiento técnico- táctico de tenis/pádel

Entrenamiento físico específico y general (deportes complementarios)

Entrenamiento mental y emocional

Actividades lúdicas

Objetivos

- ✓ Mejorar y perfeccionar **la técnica, la táctica y la preparación física específica** en el tenis y pádel
- ✓ Mejorar las **habilidades físicas** en general a través de la práctica de diversos deportes alternativos
- ✓ Desarrollar y perfeccionar las **habilidades en la competición**
- ✓ Desarrollar una **mente ganadora** y aprender la **inteligencia emocional**



Javier Martínez Baena

Entrenador nacional de tenis con experiencia de más de 15 años; Nº 2 del Ranking Nacional +35, Campeón mundial en dobles mixtos



Alina Camelia Stroiu

Licenciada en Actividad Física y Deporte, experta en entrenamiento mental y emocional, deportista de alto rendimiento



Nacho Gómez

Nº 1 del Ranking cordobés de pádel
Seleccionador cordobés absoluto

AUTOCAR IDA Y VUELTA INCLUIDO

PROGRAMACIÓN (Edad entre 4 y 14 años)

9.00- 9-30h	Recogida y llegada al club	9.00- 9-30h	Recogida y llegada al club
9.30- 11.30h	Actividad física y deportes	9.30- 11.30h	Entrenamiento técnico-táctico tenis/pádel
11.30- 12.00h	Desayuno	11.30- 12.00h	Desayuno
12.00- 13.00h	Natación	12.00- 13.00h	Preparación física /Competición/ Entrenamiento mental
13.00- 14.00h	Actividades lúdicas/Talleres creativos/Gynkana/T. bilingües	13.00- 14.00h	Natación
14.00- 15.00h Comida			
15.00- 16.30h Películas educativas			
16.30- 17.30h Actividades recreativas			
17.30- 18.00h Piscina			

PRECIOS / persona

Campamento hasta las 14h: **75€ / semana**

*Campamento hasta las 18h: **125€ / semana**

* **mínimo 6 niños/as**

DESCUENTOS

2º semana 10%  3º semana 15%  4º semana 20%

2º hermano 10% 3º hermano 15 %