



# ESCOLA DE TENNIS D' INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT

**CURS 2016-2017**



# MONITORS DE LES ESCOLES DE TENNIS DEL CLUB



**Jordi Morral – Director esportiu**  
Entrenador nacional de tennis.  
Àrbitre i jutge àrbitre nacional.



**Leo Biafore – Director escola de tennis**  
Entrenador nacional de tennis i pàdel.  
Àrbitre i jutge àrbitre nacional.



**Eva Escribano – Coordinadora escola base**  
Monitora nacional de tennis.



**José Ruiz**  
Habilitació monitori de tennis  
Àrbitre nacional



**Xavi Carrillo**  
Instructor de tennis



**Aitor Ramos – Preparador físic**  
Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.



**Yolanda Clemot - Direcció escola competició**  
Professora nacional de tennis i jutge àrbitre i àrbitre nacional. Ex jugadora professional. Campiona d'Espanya Infantil i de dobles absolut.



**Oriol Hernández – Subdirector escola competició**  
Monitor nacional de tennis.  
Ex jugador professional de tennis.



**Erika Martín – Coordinadora escola de mini tennis**  
Monitora nacional de tennis.



**Alfred Pardo**  
Habilitació monitor de tennis.  
Graduat en psicologia. Diplomant quiromassatge.



**Marc Giménez – Preparador físic**  
Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.

**Tots els tècnics estan habilitats oficialment pel Consell Català de l'Esport de la Secretari General de l'Esport.**

# OBJECTIUS I RESPONSABLES

## L'ESCOLA DE TENNIS D'INICIACIÓ ENGLOBA DOS ESCOLES:

- I. **L'escola de mini tennis:** dirigida als més petits (dels 4 als 7 anys) i en la que es treballen les seves habilitats psicomotrius i la familiarització amb el món del tennis mitjançant jocs i tècniques adaptades a les seves edats per assolir els primers aprenentatges, conductes i hàbits tennístics.
- II. **L'escola base de tennis:** dirigida als nens i nenes dels 7 als 15 anys amb l'objectiu d'adquirir les habilitats i les tècniques bàsiques del tennis i afavorir la percepció de conceptes tàctics bàsics d'una manera lúdica i formativa. El pas a les escoles de competició del Club es proposarà a aquells alumnes que, a criteri tècnic, tinguin unes qualitats físiques i tècniques destacades que els permeti el pas a un nivell competitiu.

## ELS OBJECTIUS DE L'ESCOLA D'INICIACIÓ SÓN:

- 1- Ensenyar l'esport del tennis **d'una manera lúdica i formativa** per crear afició a aquest esport.
- 2- Fomentar les **relacions socials** entre els alumnes fora de l'àmbit escolar.
- 3- Inculcar **valors** com l'esforç, la companyonia, el joc net, el respecte envers els altres i la superació.
- 4- **Desenvolupar** les habilitats físiques i coordinatives dels nens, així com el domini del seu propi cos.
- 5- Possibilitar el **pas a la competició** per a aquells alumnes que així ho desitgin.

## RESPONSABLES DE L'ESCOLA D'INICIACIÓ:

Responsable de les escoles de tennis: Jordi Morral.

Responsable de l'escola d'iniciació: Leo Biafore

Responsable de l'escola de mini tennis: Erika Martín.

Responsable de l'escola base de tennis: Eva Escribano.

# NORMATIVA DE L'ESCOLA BASE DE TENNIS - INSCRIPCIONS

A qui va dirigida? Està dirigida a socis, fills de socis i no socis, dels 4 als 15 anys, que vulguin iniciar i millorar el seu nivell tennístic d'una manera lúdica i formativa.

Inscripcions i quotes d'entrenament: les inscripcions es formularan a la recepció del Club. El pagament de la matrícula s'ha de fer efectiva en el moment de la inscripció i acreditarà la reserva de plaça. La resta de mensualitats aniran domiciliades a un compte bancari i seran abonades mensualment, per avançat.

Descomptes familiars: 5% per a dos germans inscrits, 10% per a tres germans i 15% per a quatre germans inscrits. Per gaudir dels descomptes, cal informar prèviament a la recepció del Club del número de germans inscrits a les diferents escoles del Club.

Altes, baixes i modificacions: seran notificades mitjançant els fulls d'inscripcions i baixes i, en aquest darrer cas, abans del dia 25 de cada mes per no domiciliar la quota del mes següent.

Sistema d'accés dels no socis: els alumnes que no siguin socis podran accedir al Club, mitjançant empremta, 20 minuts abans de la classes i l'hauran d'abandonar fins a 30 minuts després de la seva finalització. No es podrà fer ús d'altres instal·lacions del Club. Els acompanyants podran adquirir un carnet del Club (3€) que els facultarà l'accés en els mateixos horaris de l'alumne. Els acompanyants no podran utilitzar les instal·lacions del Club, excepte les àrees socials i el bar.

Assegurança d'accidents i llicència federativa: segons regula el Decret 58/2010 d'entitats esportives, és obligatòria la subscripció d'una assegurança d'accidents (5€ per nen assegurat que es carregarà al compte amb la primera quota i té validesa per tot el curs 2016-17). Addicionalment, el Club pot tramitar la llicència federativa per a aquells alumnes que així ho sol·licitin.

Certificat mèdic: tots els alumnes hauran de presentar un certificat mèdic esportiu que els acrediti per la pràctica esportiva o, en el seu defecte, firmar la seva aptitud en el full d'inscripció. En aquest aspecte, el Club ha establert un acord amb el Centre Mèdic Gràcia per la realització de revisions mèdiques esportives bàsiques a un preu concertat de 30€.

# NORMATIVA DE L'ESCOLA BASE DE TENNIS - FUNCIONAMENT

Equipament del club: els alumnes matriculats per primera vegada hauran d'adquirir l'equipament oficial del Club (xandall, pantalons o faldilla i polo) que el Club ofereix a preu de cost per 65€.

Material necessari: raqueta de tennis, sabatilles amb sola llisa (sense tacs) i roba esportiva.

Llargada aproximada de la raqueta segons les edats

4-6 anys	5-8 anys	8-11 anys	12-15 anys
54 cms	59-64 cms	64-66 cms	69-74 cms

Inclèmències meteorològiques: quan per aquesta causa o d'altres de caràcter excepcional no es pugui fer l'entrenament a pista, es procurarà realitzar exercicis, jocs, treball tàctic, visualització de partits i entrenaments a espais coberts del Club (atenent a les disponibilitats d'espais) per a aquells alumnes que hi vulguin assistir. En cas de reiteració dels dies de pluja, es podrà sol·licitar la recuperació de les sessions en altres dies al correu [esportiva@cts.cat](mailto:esportiva@cts.cat) i el Club oferirà, si és possible, uns dies concrets de recuperació que, per motius d'organització, hauran de ser confirmats prèviament per l'alumne abans de la seva assistència.

Comunicacions: el Club us informará de tots els aspectes relacionats amb l'escola base de tennis al correu electrònic que ens faciliteu en fer la inscripció.

Avaluacions trimestrals: rebreu una avaluació trimestral dels aspectes principals de l'evolució dels vostres fills als entrenaments.

Faltes d'assistència: quinzenalment es comunicaran les faltes d'assistència dels alumnes, exceptuant les dels dies de pluja.

Tutories: podeu sol·licitar una reunió personal al correu electrònic [esportiva@cts.cat](mailto:esportiva@cts.cat) .

Informacions addicionals: podeu fer-nos arribar qualsevol consulta addicional a la recepció del Club o per correu electrònic als responsables de l'escola ([esportiva@cts.cat](mailto:esportiva@cts.cat)) o a la direcció del club ([direccio@cts.cat](mailto:direccio@cts.cat)).



# ESCOLA INICIACIÓ 2016-17: CALENDARI, HORARIS I PREUS

## CALENDARI D'ACTIVITATS CURS 2016-17

- Inici del curs: 1 de setembre de 2016
- 1r campionat de mini tennis i escola base: 17 de desembre de 2015.
- Dies d'entrenaments Nadal\*: 27, 28, 29 i 30 de desembre i 2, 3 i 4 de gener de 2016.
- 2n campionat de mini tennis i escola base: 11 de març de 2016.
- Dies d'entrenaments durant la Setmana Santa\*: 10, 11 i 12 d' abril de 2017 .
- 3r campionat de mini tennis i escola base: 27 de maig de 2017.
- Festa fi de curs: 20 de juny de 2017.
- Esplai d'estiu: del 22 de juny al 31 de juliol de 2016. Inscripcions obertes el mes d'abril de 2016.

\*Per poder participar en els entrenaments dels dies fixats de les vacances de Nadal i Setmana Santa cal realitzar la inscripció gratuïta a la recepció del Club amb un mínim de 15 dies d'antelació a l' inici de la primera classe. Rebreu informació dels preus de les estades de Nadal i Setmana Santa.

## escola base de tennis

\_DURADA > de l'**1. SETEMBRE '16** / al **20. JUNY '17**

\_GRUPS > Podeu escollir 1, 2 o 3 dies x setmana

**MINITENNIS de 4 a 7 anys** > INICIACIÓ A L'ESPORT MITJANÇANT UNA PROGRESSIÓ ON S'ADAPTEN LES REGLES, EL MATERIAL I ELS ESPAIS A LES CONDICIONS I HABILITATS DEL NEN

\_De **DILLUNS a DIVENDRES de 18:00 a 19:30 h.**

\_DISSABTE de **9:30 a 11:00 h. o de 11:00 a 12:30 h.**

**INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT de 7 a 15 anys** >

INICIACIÓ A L'ESPORT MITJANÇANT UNA PROGRESSIÓ ON S'ADAPTEN LES REGLES, EL MATERIAL I ELS ESPAIS A LES CONDICIONS I HABILITATS DEL NEN

\_DIMARTS i/o **DIJOUS de 18:00 a 19:30 h.**

\_DISSABTE de **9:30 a 11:00 h. o de 11:00 a 12:30 h.**

\_PREUS >

		MATRICULA a l'inscripció	QUOTA setembre a juny
SOCIS >	1 dia	40,00	36,00
	2 dies	40,00	52,00
	3 dies	40,00	63,00
FILLS de > SOCIS	1 dia	40,00	42,00
	2 dies	40,00	62,00
	3 dies	40,00	75,00
NO SOCIS >	1 dia	40,00	48,00
	2 dies	40,00	69,00
	3 dies	40,00	84,00

**DESCOMPTES PER A GERMANS: 15% per a QUATRE germans inscrits, 10% per a TRES germans inscrits i 5% per a DOS germans inscrits.**

LA QUOTA DEL MES DE SETEMBRE SERÀ PROPORCIONAL ALS DIES INSCRITS  
 El Club va arribar a un acord amb la prestigiosa firma TTK per equipar els alumnes de l'Escola Iniciació a uns preus molt competitius a fi que tots portin el mateix equipament esportiu. Així doncs, cada alumne ha de tenir l'equip complet. Si no el teniu de l'any passat el podeu adquirir a recepció a un cost de **65 €** (inclou 1 xandall, 1 polo i 1 pantaló o faldilla. El pack està valorat en 135 €.)

**ESCOLA COMPETICIÓ** > ACCÉS AMB PROVA DE NIVELL

# CODI DE COMPORTAMENT DELS JUGADORS/ES DEL CLUB

**Els jugadors i jugadores, amb el seu comportament al Club i en els seus desplaçaments, són el reflex de la imatge del Club Tennis Sabadell. És responsabilitat de tots fer de la nostra entitat un referent tant pel nivell esportiu dels seus integrants com per la seva educació i comportament. Aquest codi engloba els familiars i acompanyants que, addicionalment, hauran de respectar i no interferir la tasca dels entrenadors i la seva assistència i direcció en les competicions.**

1. El integrants dels equips de competició han de conèixer i respectar les normatives d'imatge i conducta del Club en tots els aspectes que tenen lloc a dins i fora de les pistes, tant a les instal·lacions del Club com en les d'altres entitats esportives.
2. El respecte és l'eix vertebrador del nostre comportament: respecte pel contrari i pels companys, respecte pels entrenadors i la seva tasca, respecte per les instal·lacions i el material, respecte per les regles de joc i respecte pels reglaments interns i codis de conducta.
3. L'esport de competició comporta seguir hàbits saludables: tenir una alimentació sana, hidratar-se regularment, realitzar les pautes recomanables per evitar lesions, mantenir les normes bàsiques d'higiene i dormir les hores necessàries.
4. La puntualitat en els entrenaments i en les competicions és extremadament important ja que és un reflex de la nostra serietat i professionalitat.
5. Les sessions d'entrenament tenen una duració determinada i cal aprofitar-les al màxim. Cada jugador ha de ser responsable a l'hora de recollir les pilotes i el material. Els més perjudicats per les pèrdues de temps són el propi alumne i els seus companys.
6. En tot moment ha de prevaldre el caràcter competiu, positiu i treballador, amb ganes d'aprendre, d'escoltar i de millorar en cada una de les sessions i partits. Independentment dels resultats obtinguts, s'exigeixen aspectes com l'esforç i el sacrifici, jugar al millor nivell atenent les nostres possibilitats, lluitar fins el darrer punt en els partits, ser humil en la victòria, acceptar la superioritat del contrari en la derrota i mantenir en tot moment un nivell d'educació adequat.
7. Atenent a la importància de la imatge en qualsevol tennista, els jugadors hauran d'anar vestits de forma apropiada. És obligatori utilitzar l'equipament oficial del Club en totes les competicions.
8. Els desplaçaments als tornejos són una part important de la concentració prèvia als partits i és necessari sentir-se còmode durant el trajecte. Per això, tots som responsables de mantenir la furgoneta i els vehicles utilitzats nets de restes de menjar i brutícia.
9. Tots els jugadors coneixen les rutines d'escalfament i hauran d'executar-les sempre abans de qualsevol partit. Això implica arribar al club on es disputa el torneig, com a mínim, 20 minuts abans del partit. Igualment, les rutines d'estirament després dels partits són importants per estar en les millors condicions físiques pel proper entrenament o partit.
10. La manca de compliment d'aquestes normes i, especialment, els mals comportaments, les actituds antiesportives, la utilització d'un llenguatge inadequat, l'abús del material i la falta de respecte als contraris, companys, entrenadors o directius de forma verbal o gestual seran sancionats. Els alumnes hauran de respectar les conseqüències o penalitzacions que puguin imposar qualsevol dels tècnics, la comissió esportiva o la comissió de disciplina davant l'evidència d'infracció de qualsevol d'aquestes normes.

# LA IMPORTANT TASCA DELS PARES I LES MARES

La tasca dels pares i de les mares és fonamental per la formació dels joves esportistes. Contribueixen de manera cabdal en la motivació, satisfacció i progressió esportiva dels seus fills.

D'altra banda, és important que els pares i mares prioritzin els aspectes que estan relacionats amb el desenvolupament de l'activitat i minimitzin l'excessiu interès pel resultat final assumint que el més important és l'esforç realitzat.

Contràriament, comportaments com els dels pares i mares que fan d'entrenadors a la banda, que són excessivament crítics, massa protectors, desinteressats o pocs respectuosos amb els seus fills, els entrenadors, els àrbitres o els rivals poden constituir un impediment important en la seva formació.

Per aquest motiu, i amb l'objectiu de que us puguin ser útils, us reproduïm alguns consells bàsics confeccionats per la Federació Catalana de Tennis.

## NORMES PER ALS BONS PARES I MARES DE TENNISTES

AL SERVEI DELS CLUBS

FCT FEDERACIÓ CATALANA DE TENNIS

- 1 Estimuleu-los, però, no els sobrevaloreu, es creurien perfectes i incapaços de perfeccionar-se i ells també tenen limitacions.
- 2 Transmeteu als vostres fills/es una educació basada en el respecte als principis ètics esportius, els faran ser millors persones i esportistes.
- 3 No els exigiu més del que poden donar, ni els compareu. Amb això només aconseguireu disminuir l'autoestima i fomentar la ineptitud.
- 4 El fet que siguin els vostres fills/es no equival a tenir sempre la raó.
- 5 Tractar-los respectuosament és la manifestació de la vostra estima.
- 6 No projecteu les vostres frustracions ni aspiracions insatisfetes.
- 7 La vostra tasca en la competició pot ser animar-los, però, no cridar ni donar-los ordres.
- 8 Respecteu el treball de l'entrenador/a i les seves decisions.
- 9 Sigueu els primers a respectar les decisions arbitrals, perquè els vostres fills les respectin.
- 10 Mostreu-vos sempre correctes amb la vostra presència i amb el vostre vocabulari.

www.fctennis.cat