



ACTIVITATS ESPORTIVES 2015-2016



**CLUB TENNIS REUS
MONTEROLS**
TENNIS, PÀDEL & FITNESS

FITNESS CENTER

Al Fitness Center del Monterols tenim maquinària d'última generació amb més de 80 màquines aptes per a tots els nivells i capacitats d'esforç. Tenim un ampli ventall de classes dirigides per fer esport d'una forma amena i divertida: rutines personalitzades, Circuit Series, Woman's Corner. A més t'oferim...

- Body Combat
- Corpore
- Body Balance
- GAC
- Cycling
- Cycling Virtual
- VO2
- Cross Hit
- Elipsing
- Funcional training
- Step / Tono
- TBC
- Zumba
- Grup de running
- Grup de BTT
- ... i molt més

Consulta l'horari de classes dirigides disponible a www.tennismonterols.cat



CLASSES PARTICULARS DE TENNIS, PÀDEL I FITNESS

Tenim a disposició servei de classes particulars de tennis i pàdel i entrenaments personals de fitness.

TENNIS / PÀDEL / FITNESS PERSONAL TRAINER	SOCIS		
	1 pers.	2 pers.	3 pers.
1 CLASSE	24€	30€	39€
ABONAMENT 10 CLASSES	216€	270€	351€



Amb la col·laboració de



Carretera de Cambrils, km. 1 · 43206 Reus
T. 977 751 560 · F. 977 750 536

info@tennismonterols.cat · www.tennismonterols.cat

Segueix-nos a:



El Club es reserva el dret de modificar els preus i les activitats i de canviar o tancar algun grup si no arriba al límit establert. Els grups i horaris poden modificar-se en funció del nombre d'inscrits.

ESCOLA DE TENNIS JUVENIL

A l'escola de tennis, els alumnes poden iniciar-se al tennis i/o perfeccionar els cops, la tècnica i la tàctica d'aquest esport. La temporada 2015-2016 de l'escola de tennis del Club va de setembre a juny. Poden apuntar-s'hi els nens i nenes des de 4 fins a 18 anys ja que els grups de l'escola estan formats segons l'edat i el nivell de joc de cada alumne. *Els alumnes a partir de 8 anys han d'abonar la quota de soci corresponent a la seva edat, excepte els fills de soci menors de 8 anys que tenen la quota gratuïta. Per qualsevol dubte o aclariment podeu contactar amb el responsable de l'escola de tennis, Ramon Capdevila (ramon.capdevila@tennisonterols.cat).



GRUP DE COMPETICIÓ

El Club Tennis Reus Monterols disposa d'un grup de competició de tennis per als nens i nenes d'entre 8 i 18 anys que progressen cap a nivells de competició d'entre tots els jugadors i jugadores de l'escola de tennis. Es realitzen entrenaments a pista i preparació física específica. A més, disposa d'un seguiment dels jugadors en les diverses competicions que es juguen durant l'any, tant individuals com per equips.

GRUP	NIVELL	EDAT	DIES PER SETMANA (preu mensual)			HORARI
			1	2	3	
A1	Perfeccionament i competició	11-14	61,50€	73,50€	92,50€	Dilluns, dimecres i divendres de 17.30 a 20.00 h
A2	Perfeccionament	15-18	61,50€	73,50€	92,50€	Dilluns i dimecres de 19.00 a 21.30 h Divendres de 18.00 a 20.30 h
B	Perfeccionament	7-10	58,50€	71€	84€	Dimarts i dijous de 17.30 a 20.00 h Dissabte de 10.00 a 12.00 h
C1	Iniciació i perfeccionament	7-12	48€	61,50€	76€	Dimarts i dijous de 18.00 a 20.00 h Dissabte de 10.00 a 12.00 h
C2	Iniciació i perfeccionament	13-18	48€	61,50€	76€	Dimarts i dijous de 19.00 a 21.00 h Dissabte de 10.00 a 12.00 h
D	Iniciació	4-6	30,50€	44,50€	52,50€	Dilluns i dimecres de 17.30 a 18.30 h Dissabte de 12.00 a 13.00 h

ESCOLA DE PÀDEL JUVENIL

A l'escola de pàdel juvenil del Club Tennis Reus Monterols, els nens i nenes poden apuntar-s'hi des dels 4 fins als 18 anys i està formada per grups segons l'edat i el nivell de joc de cada alumne.

L'escola de pàdel és una bona opció per fer esport i conèixer nous amics. La temporada 2015-2016 de l'escola de pàdel del Club va de setembre a juny. *Els alumnes a partir de 8 anys han d'abonar la quota de soci corresponent a la seva edat, excepte els fills de soci menors de 8 anys que tenen la quota gratuïta. Durant el mes de Setembre, cada dijous a les 17 h i cada divendres a les 17.30 h, es faran proves per ubicar a cada alumne al grup que li correspon segons el seu nivell de joc. Per qualsevol dubte o aclariment contacteu amb el responsable de l'escola de pàdel, Darío Sánchez (dario.sanchez@tennisonterols.cat o al telefon 633 739 312).



GRUP	NIVELL	EDAT	DIES PER SETMANA (preu mensual)			HORARI
			1	2	3	
MINI	Mini pàdel	4-7	30,50€	44,50€	52,50€	Els horaris de cada grup es determinaran en funció del nombre d'inscrits. Per qualsevol dubte o aclariment que tingueu, podeu contactar amb el responsable de l'escola de pàdel, Darío Sánchez (Tel. 633 739 312).
I1	Iniciació i perfeccionament	7-12	48,50€	62€	75€	
I2	Iniciació i perfeccionament	13-12	58,40€	70,70€	82,80€	
T1	Tecnificació 1	11-14	65€	92,50€	118€	
T2	Tecnificació 2	15-18	65€	92,50€	118€	

ESCOLA DE KARATE JUVENIL

Descobreix els secrets d'aquest art marcial i coneix els beneficis que aporta, tant físics com mentals. La pràctica del karate permet créixer de manera sana, íntegra, recta i amb valors perdurables durant el temps. *Els alumnes a partir de 8 anys han d'abonar la quota de soci corresponent a la seva edat, excepte els fills de soci menors de 8 anys que tenen la quota gratuïta.

NIVELL	EDATS	PREU MENSUAL	HORARI
INICIACIÓ	6-12	33€	Dimarts i dijous de 18 a 19 h

ESCOLES D'ADULTS DE TENNIS I PÀDEL

Si tens més de 18 anys i vols aprendre i/o millorar el teu nivell de tennis o de pàdel, disposem d'escoles per a adults que et permetran conèixer gent amb el mateix nivell que tu i les teves mateixes inquietuds. Disposem de grups pel matí i per la tarda. L'escola d'adults es complementa amb activitats com campionats, trobades i intercanvis amb altres clubs. Al setembre es faran proves per valorar el nivell de cada alumne.

NIVELL	DIES PER SETMANA (preu mensual)		HORARIS
	1	2	
TENNIS (classes d'1 h) Iniciació i perfeccionament	42,50€	74€	Grups de matins i tardes a convindre amb el responsable de l'activitat, Javi (Tel. 619 781 218)
PÀDEL (classes d'1 h) Iniciació i perfeccionament	42,50€	74€	Grups de matins i tardes a convindre amb el responsable de l'activitat, Darío (Tel. 633 739 312)

