

Adult Easter Padel Camp

¡Nuevo programa para adultos!

24 marzo al 14 abril, 2024
Mallorca

Incluye

- Alojamiento de 7 noches en la Rafa Nadal Residence*
- 12 horas semanales de entrenamiento de pádel técnico (Ratio pista/jugador 1:4)
- 4 horas semanales de entrenamiento de pádel táctico "Competición" (Ratio pista/jugador 1:4)
- 5 horas de preparación física específica en grupo
- 2 horas de entrenamiento de tenis en grupo
- 3 sesiones de salud y prevención de lesiones
- 1 sesión de Nutrición con Gemma Bes (responsable de nutrición de la RN Academy)
- 1 sesión sobre Materiales Técnicos de Pádel
- Evento de Bienvenida "Degustación de vinos y quesos mallorquines"
- Evento de Clausura "Barbacoa, entrega de diplomas y tarde de música"
- Entrada al Rafa Nadal Museum
- Libre uso del Fitness Centre con más de 200 actividades dirigidas a la semana*
- Libre acceso a la piscina interior de 25 m y al Spa con circuito hidrotermal, sauna y baño turco*
- Regalo de bienvenida

* Sólo incluido en la opción con alojamiento

¿Quieres mejorar tu pádel y vivir una experiencia única?

¡Ahora ya puedes reservar tu plaza en el **primer Adult Easter Padel Camp de la Rafa Nadal Academy by Movistar!** Este completo Camp para jugadores adultos se llevará a cabo del 24 de marzo al 14 de abril de 2024. **Los jugadores podrán reservar una, dos o tres semanas de programa**, del 24 a 31 marzo, del 31 a 07 de abril y/o del 07 a 15 de abril.

Esta experiencia incluye entrenamiento de pádel técnico & táctico, competición, preparación física, sesiones de nutrición, psicología deportiva y divertidas actividades sociales en grupo. Está **disponible para jugadores amateurs** que deseen disfrutar de una experiencia inolvidable en uno de los mejores centros deportivos de alto rendimiento del mundo.



Los jugadores del Adult Easter Padel Camp mejorarán su técnica, condición física y habilidades en pista con el sistema de entrenamiento de la Rafa Nadal Academy by Movistar en un marco incomparable como Mallorca.

También es un plan perfecto para familias que deseen disfrutar de unas vacaciones en Mallorca.

En la Academia también ofrecemos un Easter Tennis Camp para niños de 8 a 18 años adaptado a todos los niveles de juego.

Programación semanal

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
7:30h	Desayuno						Llegadas y Salidas
8:30h - 10:30h	Entrenamiento de pádel técnico						
11h - 12h	Preparación física						
12:30h - 13:30h	Comida						
13:30h - 15h	Sesión Health & Prevention	Sesión Nutrición	Sesión Health & Prevention	Sesión Materiales Técnicos	Sesión Health & Prevention	Ceremonia de clausura + BBQ	
15h - 17h		Entrenamiento de pádel táctico		Entrenamiento de pádel táctico	Entrenamiento de tenis	Tarde de música	
17h - 19h	Degustación vinos & quesos						
19:30h	Cena						

*Este calendario podría estar sujeto a cambios en función del número de participantes al programa.

Instalaciones

- Centro de Fitness
- Spa y salón de belleza
- 45 pistas de tenis
- 1 piscina indoor semiolímpica 25m
- Clínica del Deporte by Quiron Salud
- 2 piscinas al aire libre
- 1 campo de fútbol 7
- 15 pistas de pádel
 - 6 indoor
 - 9 outdoor (3 panorámicas)
- Pistas de voley playa, squash, padbol y multideporte

