

TENNIS HIIT LESSONS

“STAY & PLAY” ADULT PROGRAM



DAS PROGRAMM UMFASST:

- 60-minütige Gruppen-Tennisstunde.* Platzspielverhältnis 1/8.
- Klassen verfügbar von Montag bis Sonntag.
- Kostenlose Nutzung des Fitness Centres mit mehr als 200 geführten Aktivitäten pro Woche.**
- Freier Zutritt zum 25 Meter langen halbolymischen Hallenbad und zum Freizeit-Außenpool.**
- Freier Zutritt zum Beauty Spa mit Thermalwasserlandschaft, Sauna und türkischem Bad.**
- Privatparkplatz.

* Check-in und Check-out an jedem beliebigen Tag der Woche.

** Nur in der Option mit Unterkunft inbegriffen.



MÖCHTEN SIE BEIM AUSÜBEN IHRES LIEBLINGSSPORTS IHRE KONDITION VERBESSERN?

Tennis HIIT ist eine ideale Gruppenaktivität für alle, die ihre Kondition verbessern und gleichzeitig an den wichtigsten technischen Aspekten des Spiels arbeiten möchten.

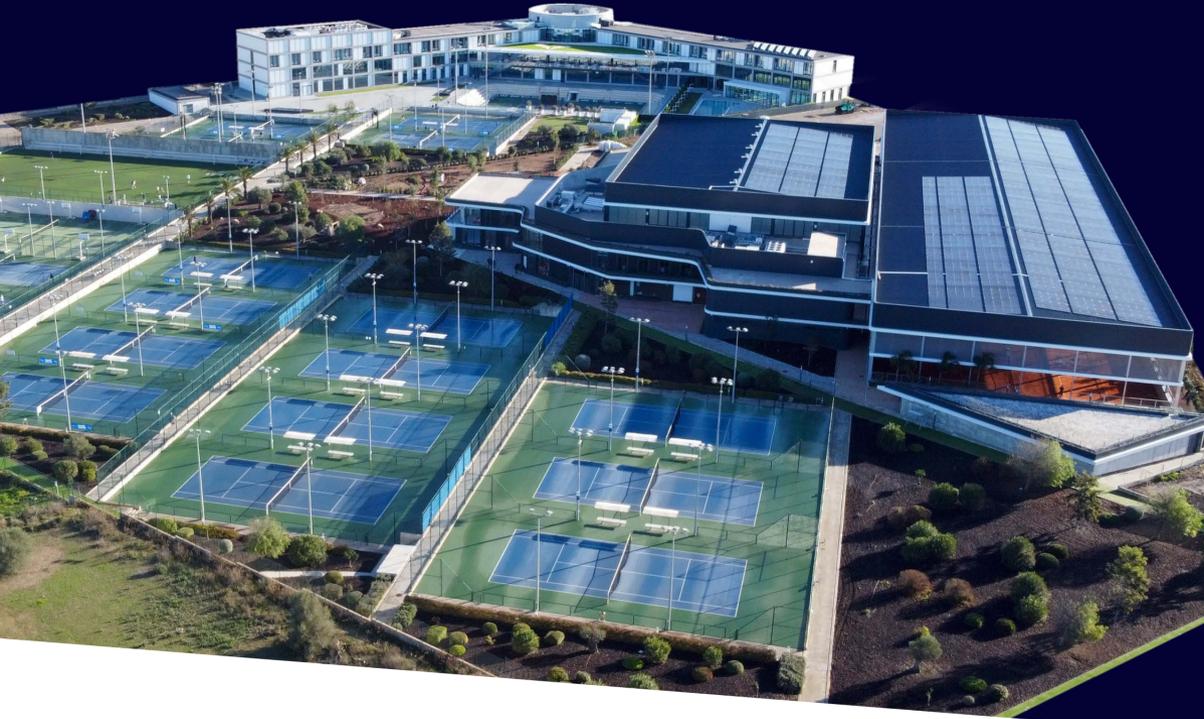
Unsere Coaches haben ein neues Trainingskonzept entwickelt, das technische und kardiovaskuläre Übungen auf spielerische Art und Weise kombiniert.

Die Einheiten dauern 1 Stunde und alle Übungen finden auf dem Tennisplatz statt. Die Trainer passen die Aktivitäten an das Niveau der Gruppe an, um die besten Ergebnisse zu erzielen.

Tennis HIIT ist ein sehr flexibles Programm, da es sich voll und ganz dem Aufenthalt der Spieler anpasst:

- Es steht an allen Tagen der Woche, von Montag bis Sonntag, zur Verfügung.
- Die Spieler können jederzeit in das Programm einsteigen.
- Die Trainingseinheiten können von 1 bis 7 Tagen pro Woche gebucht werden.

MAXIMIEREN SIE IHRE LEISTUNG AUF UNTERHALTSAME WEISE MIT FUNKTIONELLEN ÜBUNGEN!



SPORTANLAGEN

- 37 Tennisplätze:

- 23 Hard courts (19 außerhalb und 4 innerhalb)
- 14 Clay courts (7 außerhalb und 7 semi-innerhalb)

- 12 Paddelplätze:

- 6 indoor courts
- 6 outdoor courts

- Fitnesszentrum

- 25 m halb-olympisches Hallenbad

- Freizeit-Freibad

- 7-a-side Fußballplatz

- Padbolplatz

- Beachvolleyballplatz

- 2 Squashplätze

- Schönheitssalon



SICHERHEIT IST DAS WICHTIGSTE: TRAINIEREN SIE SICHER!

Die Einrichtungen der Akademie wurden hergerichtet, um den von den Gesundheitsbehörden festgelegten Sicherheits- und Hygieneprotokollen zu entsprechen. Dank der engen Zusammenarbeit mit QuirónSalud (dem Gesundheitspartner der Akademie) wurde die Rafa Nadal Academy by Movistar aufgrund ihres Managements während der durch COVID19 hervorgerufenen Gesundheitskrise in den letzten Monaten von der Presse und den internationalen Institutionen als eine Erfolgsgeschichte und als ein Vorbild im Hinblick auf Sicherheit und Vertrauen bezeichnet.

Darüber hinaus hat die Rafa Nadal Academy of Movistar das von Applus + ausgestellte Siegel „Safe COVID-19 Protocol by Quirónsalud“ erhalten. Dieses Siegel bescheinigt die Qualität und Effizienz der Arbeitsabläufe der Akademie, um die Sicherheit und das Wohlbefinden aller Spieler zu gewährleisten. Wir sind sehr stolz auf unser menschliches Team, das die notwendige Erfahrung und das Wissen erworben hat, um ein Protokoll zu entwickeln, das einen sicheren Aufenthalt und Sport in unseren Einrichtungen garantiert.

Um eine sichere Umgebung zu gewährleisten, müssen alle Spieler und Gäste der Rafa Nadal Academy by Movistar die von der Regierung der Balearischen Inseln verabschiedeten Maßnahmen zum Schutz der öffentlichen Gesundheit einhalten, zu denen auch Einreisebeschränkungen nach Mallorca gehören.

Verfahren für Reisende aus dem Ausland: <https://spth.gob.es/>
Verfahren für Reisende aus Spanien: <https://www.ibsalut.es/es/viajar-a-baleares>



(+34) 971 845 022

sales@rafanadalacademy.com

www.rafanadalacademy.com