

# TOTAL TENNIS DAILY

## “STAY & PLAY” ADULT PROGRAM



### ЧТО ВКЛЮЧЕНО В ПРОГРАММУ

- Групповые тренировки по теннису: 2 часа в день. Количество человек в группе: 4 спортсмена на 1 тренера (тренировки проводятся с понедельника по воскресенье).\*
- Право на свободное посещение фитнес-центра, где проводится более 200 разных групповых занятий в неделю. \*\*
- Право на свободное посещение крытого полуолимпийского бассейна длиной 25 метров и открытого рекреационного бассейна. \*\*
- Право на свободное посещение спа и центра красоты (Beauty Spa) с гидротермальной терапией, сауной и турецкой баней. \*\*
- Подарок в момент прибытия.
- Частная автостоянка.

\*Регистрация и выезд в любой день недели.

\*\*Только для варианта с проживанием.

## Вы желаете усовершенствовать свои навыки игры в теннис под руководством тренеров из Академии тенниса Rafa Nadal Academy by Movistar?

Total Tennis Daily — это гибкий вариант наиболее популярной программы Академии Rafa Nadal Academy под названием Total Tennis Camp.

Записавшись на эту программу для взрослых, вы будете тренироваться в небольших группах и отлично проведете время на корте вместе с игроками из разных уголков земного шара.

Занятия по теннису продолжительностью два часа проводятся ежедневно с понедельника по воскресенье. В течение недели обрабатываются следующие аспекты:

1. дальние удары;
2. атакующая и защитная игра;
3. игра у сетки; удары с лета и смэш-удары;
4. подача и прием подачи;
5. контроль направления мяча;
6. резаные удары слева;
7. сочетание различных целей.

Для достижения оптимальных результатов интенсивность занятий адаптируется с учетом уровня группы.

Total Tennis Daily — это очень гибкая программа, которая приведена в соответствие с условиями пребывания игроков в спортивном комплексе.

- Ежедневно с понедельника по воскресенье.
- Игроки могут начать тренировки в любой день недели.
- Продолжительность программы составляет от 1 до 7 дней в зависимости от периода пребывания игроков.

Совершенствуйте технику и тактику игры на групповых тренировках, обучаясь вместе с другими теннисистами и соревнуясь с ними. Кроме того, вы можете совместить занятия теннисом с другими спортивными и развлекательными мероприятиями, которые проводятся в нашем комплексе.



## УСТАНОВКИ

- 37 ТЕННИСНЫХ КОРТОВ:
  - 23 быстрых покрытия (19 открытых и 4 внутренних)
  - 14 глиняных (7 открытых и 7 полукрытых)
- 12 кортов для паддл-тенниса:
- 6 закрытых кортов
- 6 открытых кортов
- Фитнес-центр
- 1 полуолимпийский бассейн 25 м
- 1 открытый бассейн

- 1 футбольное поле
- 1 площадка для пляжного волейбола
- 1 площадка для падбола
- 2 корта для сквоша
- Спа и салон красоты



## БЕЗОПАСНОСТЬ ВАШИХ ДЕТЕЙ — ЭТО САМОЕ ГЛАВНОЕ. ТРЕНИРУЙТЕСЬ В БЕЗОПАСНЫХ УСЛОВИЯХ!

Вся инфраструктура Академии приведена в соответствие с протоколами безопасности и гигиены, установленными органами здравоохранения. Благодаря тесному сотрудничеству с медицинской сетью Quirónsalud (партнером Академии по санитарно-медицинским вопросам), в последние месяцы СМИ и международные организации называют Академию тенниса Rafa Nadal Academy by Movistar примером успешного управления спортивным комплексом в период санитарного кризиса, вызванного пандемией COVID-19, и образцом безопасности, заслуживающим доверия.

В целях обеспечения безопасности все игроки и гости Академии тенниса Rafa Nadal Academy by Movistar должны соблюдать меры общественного здравоохранения, принятые Правительством Балеарских островов, включая ограничение выезда пассажиров на Майорку.

Порядок действий для пассажиров, прибывающих с территории иностранного государства: <https://spth.gob.es/>  
Порядок действий для пассажиров, прибывающих с территории Испании: <https://www.ibsalut.es/viajar-a-baleares>



(+34) 971 845 022

[sales@rafanadalacademy.com](mailto:sales@rafanadalacademy.com)

[www.rafanadalacademy.com](http://www.rafanadalacademy.com)