

ESCOLA 2017-2018



Escola TP Kids
Pretemporada

Pàdel, Piscina & Dinar

del 4 al 8 de setembre
de 9:00 a 13:30h
50€ tota la setmana



c/Pedraforca, 8 · Pl. Casanovas
08272 · Sant Fruitós de Bages
Tel. 93 876 11 05 · totpadel@gmail.com
www.totpadel.cat

Benvolguts pares i mares,

aquest setembre arrenca un nou curs, el 2017-2018, a l'escola de Pàdel Tot Padel Kids. Un any més els nostre director esportiu, David Quintín, ha preparat un programa pensat perquè els i les alumnes aprenguin i guadeixin d'aquest esport des de totes les seves vessants: des de la tècnica però també la tàctica, la preparació física i també psicològica.

Aquest any seguim tenint com a professora de l'escola de Sara Pujals, jugadora del World Padel Tour. Ella aportarà un grau d'experiència i maduresa als i les alumnes que estan en competició. Un aprenentatge constant que com l'any passat, quedarà palès en un informe d'avaluació que els nostres professors entregaran al final de cada trimestre.



David Quintín
Director Escola TotPadel Kids

Tennista des de la més tendre edat, al 2012 va començar a fer classes a Tot Padel rebent l'encàrrec uns mesos després d'aixecar l'Escola que des de llavors, no ha parat de créixer.

Sara Pujals
Tècnica i jugadora WPT

Jugadora del WPT, Sara Pujals s'incorpora enguany a l'Escola TP Kids per donar un plus als alumnes de competició.

Marc Sotelo
Tècnic assistent

És el primer professor de l'Escola TP Kids format a la casa. Aquest any rep l'encàrrec d'aixecar l'escola de Castellsalí.

Sílvia Lahoz
Tècnica assistent

Arriba al pàdel després de ser una notable alumna de tennis. Tècnica assistent des de fa dues temporades, té una gran empatia amb la canalla gràcies a la seva experiència en monitoratge.

<p>PUNTUALITAT</p> <p>Prequem informem al club d'un possible retard de l'alumne per tenir-ho en compte a l'hora d'iniciar les classes. Excepte en casos puntuals (motius personals, de transport, escolars,...)</p>	<p>INDUMENTÀRIA</p> <p>Cal portar material adequat per a la pràctica de l'esport.</p> <p>Recomanem vambes amb sola d'espiga per no rrelliscar.</p> <p>Aigua</p>	<p>TORNEIGS</p> <p>Cada trimestre realitzarem un torneig per als nens i nenes de l'escola i d'altres centres (veure calendari de torneigs).</p>	<p>MIRADOR</p> <p>Prequem la no assistència de pares i mares a les classes per tal de no distreure l'atenció de l'infant. Disposem d'un bar-mirador i un balcó mirador des d'on poder veure les classes.</p>
--	--	--	---

VALORS:



PRE-PADEL (4-8 anys)

Tècnica	Tàctica	Prep. física	Prep. psicològica
<ul style="list-style-type: none"> · Familiarització amb la pala. · Treball inicial amb pilotes toves i progressivament amb normals. · Tècniques bàsiques de cops. 	<ul style="list-style-type: none"> · Presentació de components aïllats de tàctica mitjançant jocs. · Dimensions de la pista. · Situació dins de la pista. 	<ul style="list-style-type: none"> · Capacitats de coordinació. · Llançar i rebre. · Equilibri i flexibilitat 	<ul style="list-style-type: none"> · Component lúdic de l'entrenament. · Presentar les tasques mitjançant jocs. · Canvi continuat d'exercicis.

INICIACIÓ (8-12 anys)

Tècnica	Tàctica	Prep. física	Prep. psicològica
<ul style="list-style-type: none"> · Tècniques de cops: dreta, revès, parets, volees, rematada. · Introducció efecte tallat. · Primeres competicions. 	<ul style="list-style-type: none"> · Tàctica bàsica: conceptes d'atac i de defensa. · Piloteig. · Conceptes d'angles i rebots. 	<ul style="list-style-type: none"> · Capacitats de coordinació, rapidesa · Inici de la resistència aeròbica. · Flexibilitat 	<ul style="list-style-type: none"> · Gaudir de l'entrenament i de la competició. · Considerar els partits com part de l'entrenament. · Evitar el sentiment de fracàs en perdre un partit. · Treball amb parella de joc

PERFECCIONAMENT (12-15 anys)

Tècnica	Tàctica	Prep. física	Prep. psicològica
<ul style="list-style-type: none"> · Tècniques de cops: especials i efecte liftat. · Correcció de punts dèbils. Potenciació de punts forts. · Realitzar els cops en condicions de màxima dilcultat. · Competicions. 	<ul style="list-style-type: none"> · Tàctica de competició. · Reproducció de sistemàtica de jugada. · Crear un esquema de joc propi. · Coneixement de com es perden i guanyen els punts. 	<ul style="list-style-type: none"> · Preparació física general específica. · Coordinació - velocitat · inici de la força · Resistència aeròbica. 	<ul style="list-style-type: none"> · Pensaments positius. · Utilitzar el temps entre punts correctament. · Pensar en el punt següent · Relaxació, rituals.

COMPETICIÓ (Més de 15 anys)

Tècnica	Tàctica	Prep. física	Prep. psicològica
<ul style="list-style-type: none"> · Adaptació dels esquemes tècnics a la competició. · Entrenament de major dificultat que l'habitual. · Entrenament en situacions de fatiga i pressió. 	<ul style="list-style-type: none"> · Esquemes de joc definits. · Tàctica específica orientada a augmentar l'efectivitat disminuint el número d'errors. 	<ul style="list-style-type: none"> · Preparació física específica. · Velocitat i força màxima. · Resistència aeròbica i anaeròbica. 	<ul style="list-style-type: none"> · Entrenament mental i específic de competició. · Tècniques de relaxació i concentració.

Grups de 4-5 alumnes màxim per classe. Agrupats per edat i nivell.

Aquest curs la inscripció es farà online a través de la web www.totpadel.cat.

Les inscripcions estaran obertes a partir del 28 d'agost.

Farem una reunió informativa per als pares i mares que estiguin interessats en apuntar els seus fills i filles a l'escola.

El dia 1 de setembre a les 19:00h farem una reunió informativa on explicarem el funcionament i l'estructura de l'Escola. Durant el decurs d'aquesta reunió, els nens i nenes podran fer un tastet de pádel amb els nostres monitors.

Vine a informar-te sense cap compromís!

PRETEMPORADA: del 4/09 al 8/09

INICI DE CURS 12 DE SETEMBRE

1r. TRIMESTRE: del 12/09 al 22/12 de 2017

Vacances Nadal: del 23/12/2017 al 7/01/2018

2n. TRIMESTRE: del 8/01 al 23/03 de 2018

Vacances Setmana Santa: del 24/03 al 02/04 de 2018

3r. TRIMESTRE: del 03/04 al 22/06 de 2017

FESTA DE FI DE CURS 22 DE JUNY

DISPONIBILITAT D'HORARIS:

- DILLUNS / DIMARTS / DIMECRES / DIJOUS de 17.30h a 18.30h i de 18.30h a 19.30h
- DIVENDRES de 17.00h a 18.00h i de 18.00h a 19.00h

*Les classes de l'escola no són recuperables
Les places de l'escola són limitades*

PREPÀDEL / INICIACIÓ / PERFECCIONAMENT / COMPETICIÓ

	TRIMESTRAL		ANUAL	
	SOCI	NO SOCI	SOCI	NO SOCI
1h	95€	110€	260€	290€
2h	140€	155€	395€	425€

Matrícula de **15€** per a les inscripcions trimestrals.

Matrícula **gratuïta** per a les inscripcions anuals i **els inscrits a la pretemporada de setembre.**

S'aplicarà un **10%** de descompte en la quota del segon germà.

Tot Padel Bages Club



Pedraforca, 8 - Pl. Casanova
08272 - Sant Fruitós de Bages



93 876 11 05
603 75 66 76



totpadel@gmail.com



totpadel.cat



CALENDARI ESCOLA TOTPADEL 2017-2018

SETEMBRE '17						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

OCTUBRE '17						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

NOVEMBRE '17						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

DESEMBRE '17						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

GENER '18						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

FEBRER '18						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

MARÇ '18						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ABRIL '18						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

MAIG '18						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

JUNY '18						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

JULIOL '18						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Sessió Informativa
Pretemporada
1r Trimestre
2n Trimestre
3r Trimestre
Festiu
Cap de setmana
Campus Nadal
Campus Setmana Santa
Campus d'Estiu