

CASAL DE NAVAL 2022

- INTENSIU DE TENNIS
- INTENSIU DE PÀDEL



Torns i dates

1 Del 22 de desembre de 2022 al 5 de gener de 2023

Minim 3 dies consecutius

Festiu: 26 de desembre de 2022

Edats i preus

		Soci/Sòcia	Públic general
Tennis Nascuts des de l'any 2008 al 2016	9-13 h	90,00 €	135,00 €
Pàdel Nascuts des de l'any 2008 al 2016	9-13 h	90,00 €	135,00 €

Inscripcions i pagament

A partir del 21 de novembre per a socis i sòcies. Online o presencial.

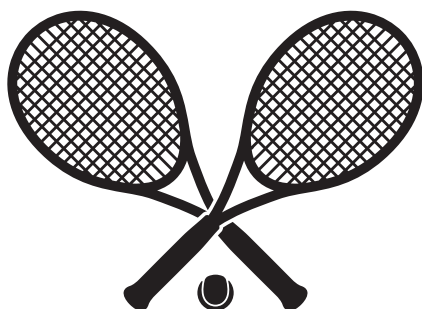
A partir del 30 de novembre per al públic general. Presencial.

IMPORTANT: Un cop abonada i confirmada la plaça, no es retornaran els diners. Qualsevol canvi estarà subjecte a la disponibilitat de places.

Entrada i sortida

Demaneu puntualitat a l'entrada com a la sortida per un bon funcionament del casal.

L'entrada (9h) i la sortida (13h) es faran per Rambla Fabra i Puig, 47.



Recomanacions

L'activitat principal és l'aprenentatge del tennis o del pàdel, on desenvoluparan diferents exercicis, jocs i competicions. Es realitzaran grups en funció del nivell de l'alumne i de l'edat. Algunes recomanacions a seguir durant l'intensiu:

- Portar roba d'abric còmoda per fer activitats a l'aire lliure.
- Cal portar calçat esportiu adequat.
- Cal portar la raqueta.
- Cal que portin un petit esmorzar cada dia. Es recomana que prenguin un esmorzar lleuger a casa (suc, cereals, iogurts...).

tennispadelcnsa.cat

