

# CASAL DE NADAL

2023

## INTENSIU DE TENNIS I INTENSIU DE PÀDEL

### DATES

Del 21 de desembre de 2023  
al 5 de gener de 2024

De dilluns a divendres  
no festius.

### EDATS I PREUS TOTALS

		Soci/Sòcia	Públic general
<b>Tennis</b> Des de l'any 2009 al 2017	9.00h - 13.00h	90,00 €	135,00 €
<b>Pàdel</b> Des de l'any 2009 al 2017	9.00h - 13.00h	90,00 €	135,00 €

### INSCRIPCIÓ I PAGAMENT

A partir del 4 de desembre per a socis i sòcies.  
Online.

A partir del 13 de desembre 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.

### 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...).

### ENTRADA I SORTIDA

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

L'entrada i la sortida es faran per Rambla  
Fabra i Puig, 47.

