

ASSI SENIOR TENNIS TEAM

LE INIZIATIVE ASSI SENIOR TENNIS TEAM 2021/2022

Ogni mese - durante il week end - saranno organizzati vari tornei a tappe, con una classifica generale sia maschile che femminile a cui sono collegate premiazioni, sia relative alle singole fasi, sia per i primi giocatori della classifica finale dopo l'ultima gara con master finale



L'OFFERTA DI ASSI SENIOR TEAM

ASSI SENIOR TENNIS TEAM SCUOLA TENNIS PER ADULTI

La Scuola di Tennis per adulti (OVER 18) si articola in varie formule da settembre a luglio, dal lunedì al sabato, con ampia scelta di orari, nella fascia mattutina, all'ora pranzo, nel pomeriggio oppure in orario serale. **E' POSSIBILE ISCRIVERSI IN OGNI MOMENTO DELL'ANNO.** I corsi sono aperti sia ai soci di ASSI che ai non soci. L'attività è organizzata con obiettivi differenziati tenendo conto del livello di gioco degli allievi e si propone, oltre al raggiungimento dei vari livelli tecnici, di creare occasioni di socializzazione e di aggregazione tra tutti i partecipanti. Gli obiettivi generali dei vari corsi consistono nella ricerca dello sviluppo delle capacità fisiche e di addestramento al tennis dell'allievo, con continuità e sinergia, in quanto ogni programma è pensato come lavoro di gruppo. Pertanto sarà possibile allenarsi per migliorare la propria condizione fisica giocando a tennis, in relazione al proprio livello tecnico. Abbiamo per questo costruito tre tipi di programmi tecnici basati su criteri di allenamento e di formazione professionali:

Il **Programma Addestrativo Beginner** è rivolto ai principianti che si avvicinano al tennis in età adulta. Offre la possibilità ai nuovi allievi di avvicinarsi al tennis divertendosi e acquisendo i rudimenti tecnici fondamentali in breve tempo, con l'obiettivo finale di essere in grado di disputare un match.

Il **Programma di Perfezionamento** è rivolto a coloro che vogliono perfezionare le tecniche del corso base ed è finalizzato ad esercitare azioni di gioco che soddisfino aspirazioni pre agonistiche e agonistiche.

Il **Programma di Specializzazione** è rivolto ai giocatori di livello avanzato e pensato come un vero e proprio allenamento specializzato, finalizzato alla partecipazione ad un completo programma agonistico.

I Programmi tecnici di ASSI SENIOR TENNIS TEAM si articolano nei cicli Annuale, Mensile e Free - Frequency e sono stati pensati e costruiti, con caratteristiche di varia flessibilità, appositamente per gli adulti. L'allenamento è realizzato dallo staff tecnico degli ASSI Giglio Rosso in gruppi di 3/4 allievi per campo di livello tecnico omogeneo in lezioni di 60 minuti.

“SENIOR” ANNUALE che si articola dal 4 ottobre 2021 al 2 Luglio 2022 in quattro steps tecnici:

Ott/Nov/Dic - TENNIS: TECNICA E PERCEZIONE (Il piacere di giocare senza aspettare e di migliorarsi attraverso un programma di gruppo personalizzato – particolare cura della tecnica di gioco e degli aspetti legati al controllo) con verifica finale e test tecnici in Dicembre;

Gen/Feb – IN FORMA CON IL TENNIS-TONICO (Stare meglio nel proprio corpo e diventare uno sportivo completo giocando a tennis – particolare cura della preparazione fisica in campo) con verifica finale e test di “AtleTennis” in Febbraio;

Mar/Apr – TENNIS PERFORMANCE (Come migliorare il proprio modo di giocare il match; tecnica, mental training e fisico – ricerca della migliore prestazione) verifica finale e Torneo di singolare in Aprile;

Mag/Giu – TENNIS TECNICO TATTICO (Come giocare correttamente i propri colpi in relazione alle situazioni tecnico – strategiche – particolare cura della preparazione tattica) verifica finale e campionato a tema;

QUOTE DI ISCRIZIONE € 70 - Soci ASSI: gratuita

La quota è dovuta una sola volta all'atto della prima iscrizione

ABBONAMENTO ANNUALE: (2 allenamenti settimanali) € 940 - Soci ASSI € 810 - (1 allenamento settimanale) € 620 - Soci ASSI € 535

ABBONAMENTO MENSILE

Si articola nel periodo OTTOBRE 2021 - Luglio 2022 in cicli mensili di otto lezioni per chi sceglie la frequenza bisettimanale e di quattro lezioni per chi sceglie la frequenza monosettimanale, con ampia scelta di orari.

(2 allenamenti settimanali) €115 - Soci ASSI € 100 - (1 allenamento settimanale) € 89 - Soci ASSI € 63

SI RICORDA CHE TUTTI GLI ISCRITTI DEBBONO AVERE IL GREEN PASS