

# CORSO TENNIS ADULTI

## CORSO ADULTI

La scuola di Tennis per Adulti ( over 18) si articola in varie formule da settembre a giugno, dal lunedì al venerdì, dalle ore 18:30 in poi. I corsi sono aperti sia ai Soci ASSI che ai non Soci ed è possibile effettuare l'iscrizione in qualunque momento dell'anno. L'attività viene organizzata tenendo conto del livello di gioco degli allievi proponendosi obiettivi differenziati. 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. Il corso vi permetterà di allenarvi per migliorare le vostre capacità di gioco, la vostra condizione fisica, ma creerà anche occasioni di socializzazione e aggregazione tra tutti i partecipanti. I programmi tecnici di ASSI SENIOR TEAM sono: Addestrativo Beginner, di Perfezionamento e di Specializzazione. Sono stati studiati con caratteristiche di varia flessibilità appositamente per venire incontro alle esigenze degli adulti. L'allenamento è realizzato dallo staff tecnico degli ASSI Giglio Rosso, in gruppi di 3/4 allievi per campo di livello omogeneo dalla durata di 60'.

### PERIODO:

Dal 11 settembre 2023 al 30 Giugno 2024 con orario 18:30 - 21:30 seguendo il calendario scolastico per vacanze e ponti.  
Le lezioni si recuperano solamente per motivi medici certificati o per indisponibilità dovute dalla struttura.

### QUOTE:

Quota annuale d'iscrizione con tesseramento F.I.T. e omaggio € 70 valida da settembre 2023 a giugno 2024.  
Per i Soci ASSI l'iscrizione è ricompresa nella quota sociale.

### CERTIFICAZIONI:

Per la partecipazione è obbligatoria la certificazione medica di idoneità alla pratica sportiva NON agonistica da consegnarsi entro 10 giorni dall'iscrizione.

| Quote di frequenza        | NON SOCI             |                    |         | SOCI                 |                    |         |
|---------------------------|----------------------|--------------------|---------|----------------------|--------------------|---------|
|                           | SETTEMBRE<br>GENNAIO | FEBBRAIO<br>GIUGNO | ANNUALE | SETTEMBRE<br>GENNAIO | FEBBRAIO<br>GIUGNO | ANNUALE |
| 1 allenamento settimanale | € 400                | € 500              | € 745   | € 330                | € 410              | € 615   |
| 2 allenamenti settimanali | € 600                | € 740              | € 1130  | € 490                | € 610              | € 930   |
| 3 allenamenti settimanali | € 760                | € 940              | € 1450  | € 620                | € 780              | € 1200  |

# FITNESS

Per gli iscritti alla scuola di tennis per adulti è prevista , per chi lo desidera, la possibilità di aggiungere 1/2 ora di di preparazione atletica all'ora di lezione sul campo.

Chiedi al desk come ottenere ulteriori sconti e vantaggi!

Le iscrizioni si ricevono presso la segreteria ASSI in Viale Michelangiolo, 64 tutti i giorni feriali dalle 9:30 alle alle 20:30 e il sabato dalle 9:30 alle 16:30. In alternativa è possibile iscriversi tramite il nostro sito internet [www.assigligiorosso.it](http://www.assigligiorosso.it)

Tel. 0556812686 - 0556810749

e-mail: [info@assigligiorosso.it](mailto:info@assigligiorosso.it)

[www.assigligiorosso.it](http://www.assigligiorosso.it)

Seguici anche sui social!



## ASSI SENIOR TEAM

### Scuola di tennis per adulti

