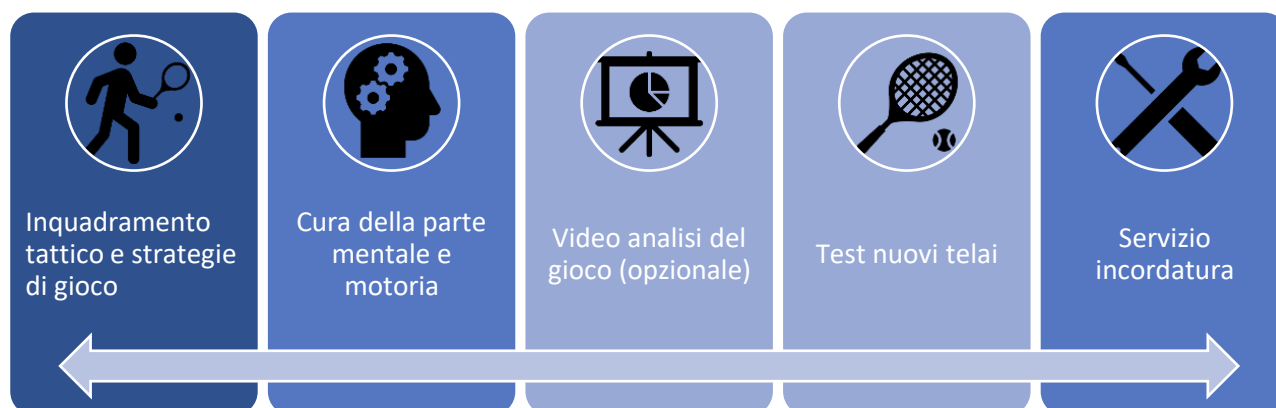


PROGRAMMA 2024/2025

TOP SPIN ACADEMY

- Allenamenti e Agonistica -



A CHI È RIVOLTO Giocatori di tutte le età che vogliono perfezionare il proprio livello di gioco per l'attività di torneo sia individuale che in competizioni a squadre.

Particolare interesse per i giocatori junior under 12/14/16/18 che vogliono iniziare o continuare un percorso di crescita agonistica.

FREQUENZA Ottobre-Gennaio / Febbraio-Maggio

Allenamenti tennis di 1h o di 1,5h - Gruppi 3/4 allievi. Attività su campi outdoor e indoor

Fasce orarie di allenamento Tennis ADULTI:

-  1a Fascia: Mattino
-  2a Fascia: Dalle 13,00 alle 14/14,30
-  3a Fascia: Dalle 18,00 alle 19,30
-  4a Fascia: Dalle 19,30 alle 21,00
-  5a Fascia: Dalle 21,00 alle 22,30



TOP SPIN
Academy

LIVELLI DI GIOCO

Allenamento Pro classifica FIT da 3.3 a 4.1

Allenamento Medium classifica FIT da 4.2 a 4.4

Allenamento Base classifica FIT da 4.5 a 4nc

Fasce orarie di allenamento Tennis Under 12/14/16/18:

✚ 1a Fascia 14,30 alle 16,00

✚ 2a Fascia 16,00 alle 17,30

Per tutti i giocatori sarà obbligatorio presentare il Certificato Medico Agonistico Sportivo.

Per disputare le competizioni a squadre sarà previsto l'acquisto di un capo d'abbigliamento.

Tutti gli interessati al programma di allenamento sono pregati di inviare richiesta dall'apposito form o per mail. Saranno concordati i programmi di allenamento.



INFO E CONTATTI

Maestro Gian Piero Granieri

Centro Sportivo Barca - Club del martedì

Tel. (+39) 392 0209 848

E-mail: gp.granieri@gmail.com