RAFA NADAL
TENNIS CENTER

PALLADIUM
HOTEL GROUP

PROGRAMAS ADULTOS & JUNIORS COSTA MUJERES CANCÚN

EL PARAÍSO DEL TENIS

El Rafa Nadal Tennis Center es una nueva línea de centros deportivos, inspirados en la Rafa Nadal Academy by Movistar (situada en Mallorca, España), ubicados en un entorno de resorts y complejos vacacionales de alta categoría en destinos punteros a nivel internacional.

Con unas impresionantes instalaciones deportivas y con una gran oferta de programas de tenis para niños y adultos, Rafa Nadal Tennis Center ofrece una experiencia inolvidable para los amantes del tenis, que se sumergirán en un ambiente profesional con el mejor equipo técnico del mundo.

En el Rafa Nadal Tennis Center Costa Mujeres los jugadores podrán entrenar con la misma metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar, mientras disfrutan de unas espectaculares vacaciones en Costa Mujeres, un destino paradisiaco emplazado a tan solo 30 minutos de Cancún (México).

Nuestra metodología se basa en un sistema de formación exclusiva diseñada a partir de la experiencia adquirida por Rafa Nadal y su equipo técnico durante todos estos años de aprendizaje en el circuito ATP.

CENTRO OFICIAL DE RAFA NADAL ACADEMY by Movistar

PROGRAMAS ADULTOS & JUNIORS

- Todos los programas se adaptan a las diferentes estancias, con la opción de 2 días o más (no necesariamente tienen que ser consecutivos).

- Las clases se imparten de lunes a sábado. Los domingos no se imparten clases de tenis, pero los entrenamientos se podrán recuperar otro día de la semana.

PREMIUM TENNIS PROGRAM

PARA ADULTOS (+18 AÑOS)
Y JUNIORS (8 A 17 AÑOS)

TODOS LOS
NIVELES

RATIO
PISTA-JUGADOR
1:1

Si buscas una experiencia de tenis exclusiva y totalmente personalizada, ¡este es tu programa!

El Premium Tennis Program es un programa de alta intensidad impartido por los entrenadores del Rafa Nadal Tennis Center con la metodología de entrenamiento de la Rafa Nadal Academy by Movistar. Nuestra metodología se basa en un sistema de formación exclusiva diseñada a partir de la experiencia adquirida por Rafa Nadal y su equipo técnico durante todos estos años de aprendizaje en el circuito ATP.

Este programa tiene como objetivo la mejora del juego técnico y táctico con sesiones completamente adaptadas a los diferentes niveles y necesidades. Las sesiones se desarrollan bajo un objetivo de entrenamiento diario, definido previamente entre el jugador y el entrenador. Todas las clases son privadas, es decir, 1 jugador por pista, permitiendo optimizar el aprendizaje y mejorar cada uno de los aspectos del juego a lo largo del programa.

Al final del programa, los jugadores recibirán un informe en el que el entrenador evaluará los aspectos del juego trabajados. Además, se les indicará las herramientas necesarias para seguir mejorando su juego.

OBJETIVO

Maximizar las fortalezas y minimizar las debilidades del jugador, mejorando su rendimiento de tenis y condición física.

INCLUYE

- 2 horas de tenis al día.
- Informe personalizado al finalizar el programa.

PRECIO

$9.504,00 MXN por 2 días/jugador. Cada día extra son $4.752,00 MXN por día/jugador.

TOTAL TENNIS PROGRAM

PARA ADULTOS (+18 AÑOS)
Y JUNIORS (10 A 17 AÑOS)

DESDE
BAJO-INTERMEDIO
HASTA AVANZADO

RATIO
PISTA-JUGADOR
1:4

¿Quieres compartir tu experiencia con jugadores de todo el mundo?

En el Total Tennis Program los jugadores mejorarán su nivel de tenis y su preparación física con un entrenamiento en grupo adaptado a su nivel.

Los entrenadores del Rafa Nadal Tennis Center realizan una prueba de nivel a todos los jugadores al comienzo del programa para asignarles un grupo de entrenamiento acorde a su nivel de juego. Todos los entrenamientos se imparten con la metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar.

OBJETIVO

Mejorar el juego técnico-táctico y disfrutar de una experiencia de entrenamiento junto a tenistas de todo el mundo.

INCLUYE

- 2 horas de tenis al día.

PRECIO

$4.400,00 MXN por 2 días/jugador. Cada día extra son $2.200,00 MXN por día/jugador.

TOTAL TENNIS DOUBLES PROGRAM

PARA ADULTOS (+18 AÑOS)

DESDE BAJO-INTERMEDIO HASTA AVANZADO

RATIO PISTA-JUGADOR 1:4

¿Te gustaría vivir una gran experiencia junto con tus compañeros de equipo?

El Total Tennis Doubles Program ha sido creado para los jugadores que habitualmente compiten en la modalidad de dobles y desean mejorar su juego y su técnica mientras aprenden nuevas estrategias. La metodología de entrenamiento se llevará a cabo con situaciones reales de competición.

Este programa tiene como objetivo la mejora de todas las áreas del juego, aunque se dará especial importancia al entrenamiento de la cobertura de red, el ataque a la red y la selección de golpes inteligentes, fundamentales en la competición por equipos.

Los participantes podrán combinar los entrenamientos con partidos reales para optimizar su aprendizaje y aprovechar al máximo su experiencia en el Rafa Nadal Tennis Center.

OBJETIVO

Mejora de la técnica, la táctica y la estrategia de la pareja de dobles. Compartir una experiencia de entrenamiento que ayudará a aumentar la compenetración entre ambos durante la competición.

INCLUYE

- 2 horas de tenis al día.

PRECIO

$4.400,00 MXN por 2 días/jugador. Cada día extra son $2.200,00 MXN por día/jugador.

HOLIDAY CAMPS

PARA JUNIORS (10 A 17 AÑOS)

DESDE INTERMEDIO HASTA AVANZADO

RATIO PISTA-JUGADOR 1:4

DURACIÓN 6 DÍAS (LUNES-SÁBADO)

¿Quieres tener una experiencia de tenis de alto rendimiento?

En las sesiones de entrenamiento se trabajarán todos los aspectos determinantes en el juego como la técnica, la táctica, la condición física y la mentalidad competitiva entre otros, siempre combinado con actividades lúdicas y recreativas en un entorno inigualable como es el Caribe Mexicano.

OBJETIVO

Mejorar el juego técnico-táctico y disfrutar de una experiencia de entrenamiento junto a tenistas de todo el mundo.

PRECIO

$18.370,00 MXN por semana/jugador.
Hermanos: 5% descuento sobre el total de la reserva.
Miembros: 15% descuento sobre el total de la reserva.
*Descuentos no acumulables.

INCLUYE

- 6h semanales de preparación física (1h/día).
- 6 horas semanales de actividades Building a Champions (1h/día).
- 12h semanales de entrenamiento de tenis en grupo. Ratio 1:4 (2h/día).
- 7,5h semanales de actividades acuáticas y multideportivas.
- Visita guiada al Rafa Nadal Museum Xperience.
- Welcome Pack y Entrega de diplomas a los jugadores.
- Energy break y Comida.

HORARIO

- 9-10am: Fitness
- 10-11am: Building a champion
- 11am-1pm: Entreno de tenis
- 1-2:30pm: Junior Club + Comida
- 2:30-4pm: Actividades lúdicas

**Lunes a viernes de 9.00 am a 4.00 pm. Los sábados es de 9.00 am a 1.00 pm*

FECHAS

- Del 18 de julio al 30 de julio 2022

CLASES PRIVADAS

TODAS LAS EDADES (+5 AÑOS)

TODOS LOS NIVELES

RATIO PISTA-JUGADOR DE 1:1 A 1:4

Las clases privadas se imparten a alumnos de todas las edades (mínimo 5 años) y se adapta a todos los niveles de juego. Se ofrecerán diferentes paquetes para clases individuales o de grupo (máximo 4 personas) adaptadas a las necesidades de cada uno de ellos.

Los paquetes de clases disponibles son de 3 horas de tenis (en 3 días), 4 horas de tenis (en 4 días), 5 horas de tenis (en 5 días) y 6 horas de tenis (en 6 días).

También se ofrecen clases particulares de una hora de duración, que se podrán reservar según disponibilidad con un día de antelación.

OBJETIVO

Maximizar las fortalezas y minimizar las debilidades de cada jugador, mejorando su rendimiento de tenis y condición física.

PRECIO

	Paquete 3h	Paquete 4h	Paquete 5h	Paquete 6h
1 Jugador	$7.128,00MXN	$9.504,00MXN	$11.880,00MXN	$14.256,00MXN
Semi-privada	$9.966,00MXN	$13.288,00MXN	$16.610,00MXN	$19.932,00MXN
3 Jugadores	$13.002,00MXN	$17.336,00MXN	$21.670,00MXN	$26.004,00MXN
4 Jugadores	$14.256,00MXN	$19.008,00MXN	$23.760,00MXN	$28.512,00MXN

NUESTRO MÉTODO

La metodología de entrenamiento de Rafa Nadal Academy by Movistar ha sido desarrollada por Toni Nadal junto al equipo técnico que ha acompañado a Rafa en su carrera deportiva gracias a la experiencia adquirida en su paso por el circuito de tenis profesional.

Con el uso de las nuevas tecnologías, vemos de forma clara que el tenis evoluciona progresivamente hacia una forma de juego más rápida, es decir, los puntos son más cortos y los inicios de jugada (servicio/resto) marcan la diferencia en el posterior desarrollo del punto. Esto lleva a que el jugador deba estar preparado para tomar las decisiones de manera muy rápida.

En la Academia entendemos que el tenis del presente y del futuro se juega primero con los "ojos", luego con la "mente", posteriormente con las "piernas" y finalmente con las "manos". Aplicamos sistemas de entrenamiento que van en esta dirección, combinándolos con las aptitudes que tantos éxitos han dado a Rafa a lo largo de su carrera profesional, como son: la movilidad, el carácter ganador, la intensidad en el entrenamiento y en el partido, la mentalidad competitiva y la concentración.

En cada entrenamiento, decidiremos el porcentaje de tiempo que se le va a dedicar a cada uno de los aspectos del juego (técnico, estratégico, físico, mental), para conseguir que nuestros jugadores jueguen de la forma más competitiva posible. Cada entrenamiento seguirá "un objetivo" claro, a un nivel de máxima concentración, sin diferencia en este sentido entre entreno y un partido de competición.

Nuestro sistema de entrenamiento se actualiza regularmente debido a la constante evolución de la industria del tenis, aplicando constantes mejoras en los materiales que más influyen en la velocidad del juego (raquetas, cordajes, pelotas...) y a la evolución de los diferentes métodos de entrenamiento (especialmente la preparación física y los trabajos sobre habilidades mentales), los cuales han ayudado a que en el circuito profesional podamos ver jugadores cada vez más fuertes, rápidos y ágiles.

NUESTRO ADN EN PISTA

RECONOCIMIENTO Y ANTICIPACIÓN

- Entendemos en la Academia que el tenis del presente y del futuro se juega primero con los "ojos", luego con la "mente", posteriormente con las "piernas" y finalmente con las "manos".
- En los programas aplicamos sistemas de entrenamiento orientados en esta dirección para preparar al jugador a anticiparse y a tomar la iniciativa en el juego. Aptitudes como la movilidad, el carácter ganador, la intensidad en el entrenamiento y en el partido, la mentalidad competitiva y la concentración serán las bases de nuestros entrenamientos.

PACIENCIA Y RESISTENCIA

- Durante los entrenamientos ayudaremos al jugador a desarrollar paciencia, resistencia y consistencia desde la línea de fondo para superar a sus oponentes.

ESFUERZO Y POTENCIA

- Ayudaremos al jugador a construir un estilo de juego sólido basado en el esfuerzo donde cualquier situación defensiva pueda convertirse en una oportunidad ofensiva generando potencia en posiciones forzadas.

GESTIÓN DEL RIESGO Y CONOCIMIENTO TÁCTICO

- La defensa y el ataque siempre están entrelazados en el tenis, y es esta transición instantánea de una posición defensiva a una posición ganadora, lo que hace del tenis un deporte tan emocionante. Aprender a diferenciar ambas posiciones y tomar las decisiones adecuadas será clave para que el jugador pueda maximizar su potencial.

NUESTRAS INSTALACIONES

- 8 PISTAS DE TENIS DE TIERRA BATIDA (5 EXTERIORES Y 3 SEMICUBIERTAS)
- 1 PISTA DE PÁDEL
- 1 CAMPO DE FÚTBOL 7
- TIENDA OFICIAL RAFA NADAL SHOP
- SPORT CAFE
- RAFA NADAL MUSEUM XPERIENCE

Kutxabank

QUÉDATE CON NOSOTROS

Ubicado en la playa de arena blanca de Costa Mujeres, en nuestro nuevo hotel de 5 estrellas del Caribe mexicano con instalaciones solo para adultos podrás disfrutar de la tranquilidad absoluta.

Rodeado por arrecifes de coral, se encuentra a tan solo 30 minutos de Cancún y su aeropuerto internacional. Desde noviembre de 2018, los huéspedes pueden disfrutar de los servicios personalizados, las increíbles instalaciones, los espectaculares restaurantes a la carta y el confort sublime que les ofrece Infinite Indulgence®, está todo incluido.

TRS CORAL HOTEL

- 469 suites en primera línea de playa con balcón y bañera hidromasaje.
- Piscinas swim-up en algunas suites.
- Servicio de mayordomo y de habitaciones 24 horas .
- Recepción privada.
- 6 restaurantes a la carta y 6 bares con bebidas premium.
- Servicio de camarero en la piscina y zona VIP de la playa.
- Rafa Nadal Tennis Center.
- Zentropia Palladium Spa & Wellness (4832 m2) .
- Acceso a los servicios e instalaciones de los Grand Palladium Hotels & Resorts cercanos.
- Con el programa Dine Around, los huéspedes pueden acceder a todos los bares y restaurantes con priority booking.

TRS CORAL HOTEL

A MEMBER OF THE LEADING HOTELS OF THE WORLD®

¿En qué destacamos?

- Helios, el mejor beach club estilo ibicenco del Caribe.
- Cena con espectáculo en el Chic Cabaret & Restaurant con las actuaciones de más de 20 artistas y afterparty.
- Exclusivos programas de entrenamiento en el Rafa Nadal Tennis Center.
- Exquisita gastronomía internacional: Tapeo (cocina española), La Bohème (francesa), El Gaucho (argentina) y Capricho (internacional), entre otros.

GRAND PALLADIUM
COSTA MUJERES RESORT & SPA

- 670 habitaciones en primera línea de playa con balcón y bañera hidromasaje.
- Piscinas swim-up en algunas suites.
- 4 piscinas (1 para niños).
- Family Selection.
- Clubs para niños.
- Centro de convenciones de 1500m2 divisibles en 6 salas de reuniones.
- Rafa Nadal Tennis Center.
- Anfiteatro con visibilidad de 360°.
- Equipo de entretenimiento POP.
- 7 restaurantes a la carta e islas temáticas self-service y show-cooking.
- 15 bares con bebidas premium, incluyendo un sports bar 24 horas.
- Zentropia Palladium Spa & Wellness (4832m2) con instalaciones de última generación y tratamientos corporales.

¿En qué destacamos?

- Poseidón, un magnifico beach club estilo ibicenco.
- Cena con espectáculo en el Chic Cabaret & Restaurant con las actuaciones de más de 20 artistas y afterparty.
- Exclusivos programas de entrenamiento para todas las edades en el Rafa Nadal Tennis Center.
- Family Selection, un hotel dentro del propio hotel con instalaciones y servicios exclusivos para familias.
- Exquisita gastronomía internacional: Portofino (cocina italiana), El Dorado (steakhouse americano), La Adelita (mexicano), Sumptuori (japonés), Chang Tahi (thaí), Boghali (indio).

RAFA NADAL
TENNIS CENTER

INFORMACIÓN Y RESERVAS:

t. (+1) 9173 412 197

Ext. desde habitación: 88591

sales@rafanadaltenniscentre.com

rafanadaltenniscentre.com

PALLADIUM
HOTEL GROUP

PALLADIUMHOTELGROUP.COM