



COSTA MUJERES - CANCÚN



RAFA NADAL
ACADEMY
BY  movistar



SUMMER CAMP

¡RESERVA TU PLAZA!

22 JULIO - 17 AGOSTO 2019
PARA JUGADORES DE 8 A 17 AÑOS



RAFA NADAL
TENNIS CENTRE

PALLADIUM
HOTEL GROUP

¿SERÁS TÚ
EL PRÓXIMO GRAN CAMPEÓN?



SUMMER TENNIS CAMP 2019

ENTRENA CON LA METODOLOGÍA DE LA RAFA NADAL ACADEMY BY MOVISTAR

¡Potencia al máximo tu nivel de tenis con el nuevo Summer Camp de la Rafa Nadal Academy by Movistar en Costa Mujeres!

El Rafa Nadal Tennis Centre Costa Mujeres abre sus puertas, del 22 de julio al 17 de agosto, a todos los jóvenes de entre 8 y 17 años que este verano deseen disfrutar de una experiencia inolvidable en uno de los mejores centros de Tenis del mundo.

Los jugadores del Summer Tennis Camp mejorarán su técnica, condición física y habilidades en pista a la vez que disfrutarán de múltiples actividades lúdicas en un marco incomparable como Costa Mujeres, Cancún. Todos los entrenamientos se basarán en la metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar, desarrollada a partir de la experiencia adquirida por Rafa Nadal y su equipo técnico en su paso por el circuito profesional.

El Summer Camp de la Rafa Nadal Academy by Movistar constituirá una oportunidad única para que tenis, diversión, ocio y valores se unan a través de un campus en que convivirán jóvenes de todo el mundo.

¡Entrena con el sistema de entrenamiento de Rafa Nadal y su equipo técnico!



ENTRENA COMO UN TENISTA PROFESIONAL



OBJETIVOS

- 1** Maximizar el potencial de cada jugador en todos los aspectos del juego.
- 2** Desarrollar las habilidades técnicas necesarias para desarrollar un juego sólido, fluido y rápido.
- 3** Entender cada situación del juego para aplicar las soluciones tácticas adecuadas.
- 4** Desarrollar habilidades mentales que permitan al jugador ser un mejor competidor.
- 5** Potenciar la condición física del jugador.
- 6** Inculcar los valores de la Rafa Nadal Academy by movistar incidiendo positivamente en el desarrollo del jugador dentro y fuera de la pista.
- 7** Ofrecer al participante una experiencia única llena de tenis y diversión en un destino paradisíaco como Costa Mujeres, Cancún.

SUMMER CAMP (8 - 10 años)

En este campamento de verano, niños y niñas de 8 a 10 años disfrutarán de una experiencia de entrenamiento en la que aprenderán las bases del tenis, desarrollarán sus habilidades motrices y compartirán grandes momentos con amigos de todo el mundo.

Los niños/as desarrollaran habilidades tan importantes como el equilibrio, la coordinación ojo-mano y mejoraran su percepción del espacio a través de una serie de ejercicios y actividades lúdico-deportivas. El programa se adaptará completamente al nivel de cada alumno.

En las sesiones de entrenamiento incluiremos todo tipo de juegos y actividades ligados a los valores de la Rafa Nadal Academy by Movistar.

El programa está disponible de 1 semana a 4 semanas, entre el 22 de Julio y el 17 de Agosto. Los entrenamientos y actividades se desarrollarán de lunes a sábado entre las 9am y las 3pm.

INCLUYE

- De 1 a 4 semanas (Entrenamientos de lunes a sábado).
- 12 horas semanales de entrenamiento de tenis. (Ratio pista-jugador: 1-4)
- 6 horas semanales de actividades multideportivas.
- Actividades lúdicas y recreativas con monitores de animación.
- Energy break y comida.
- Visita guiada a Rafa Nadal Museum Xperience.
- Paquete de bienvenida.
- Entrega de diplomas a los participantes.

TARIFA: \$600/SEMANA

* 5% descuento reservando 2 semanas

* 10% descuento reservando 3 o 4 semanas

CALENDARIO SEMANAL

	LUNES A VIERNES	SÁBADO
09:00	TENIS TRAINING	TENIS TRAINING
10:00		
11:00	MULTISPORT ACTIVITIES	MULTISPORT ACTIVITIES
12:00	KIDS CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)	CLAUSURA Y ENTREGA DIPLOMAS
13:00	LUNCH	
14:00	KIDS CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)	

Los horarios pueden estar sujetos a cambios, trataremos de que se asemejen al máximo a lo indicado.





SUMMER CAMP (11 - 17 años)

¿Quieres mejorar tu nivel de tenis con la metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar?

En el Summer Tennis Camp para niños y niñas de entre 11 y 17 años, realizarás sesiones de entrenamiento en grupos reducidos y compartirás grandes momentos en pista con jugadores de todo el mundo.

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.

El Summer Tennis Camp también pretende educar a los jugadores a través del deporte mediante las entretenidas actividades prácticas que componen el programa "Building a Champion". Gracias a sesiones impartidas por los coaches del Rafa Nadal Tennis Centre, los jóvenes tenistas recibirán formación relativa a la nutrición, preparación física y a los Valores como el esfuerzo, humildad, tolerancia, paciencia, respeto e integridad, ADN de la Rafa Nadal Academy by Movistar.

Nuestros entrenadores 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. A lo largo del campus se realizarán las modificaciones necesarias para asegurar una buena experiencia a los jugadores y mejorar la dinámica del grupo.

El programa está disponible de 1 semana a 4 semanas, entre el 22 de Julio y el 17 de Agosto. Los entrenamientos y actividades se desarrollarán de lunes a sábado entre las 8am y las 5pm.

INCLUYE

- De 1 a 4 semanas (Entrenamientos de lunes a sábado).
- 22 horas semanales de entrenamiento de tenis. (Ratio pista-jugador: 1-4)
- 6 horas de preparación física / actividades deportivas.
- 6 horas semanales de actividades "Building a Champion".
- Actividades lúdicas y recreativas
- Energy break y comida.
- Visita guiada a Rafa Nadal Museum Xperience.
- Paquete de bienvenida.
- Entrega de diplomas a los participantes.

TARIFA: \$825/SEMANA

* 5% descuento reservando 2 semanas

* 10% descuento reservando 3 o 4 semanas

CALENDARIO SEMANAL

Los horarios pueden estar sujetos a cambios, trataremos de que se asemejen al máximo a lo indicado.

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO	
	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2	GRUPO 1	GRUPO 2
08:00	TENIS TRAINING	BUILDING A CHAMPION	TENIS TRAINING	BUILDING A CHAMPION	TENIS TRAINING	BUILDING A CHAMPION	TENIS TRAINING	BUILDING A CHAMPION	TENIS TRAINING	BUILDING A CHAMPION	TENIS TRAINING	BUILDING A CHAMPION
09:00		FITNESS TRAINING		FITNESS TRAINING		FITNESS TRAINING		FITNESS TRAINING		FITNESS TRAINING		FITNESS TRAINING
10:00	FITNESS TRAINING	TENIS TRAINING	FITNESS TRAINING	TENIS TRAINING	FITNESS TRAINING	TENIS TRAINING	FITNESS TRAINING	TENIS TRAINING	FITNESS TRAINING	TENIS TRAINING	FITNESS TRAINING	TENIS TRAINING
11:00	BUILDING A CHAMPION		BUILDING A CHAMPION		BUILDING A CHAMPION		BUILDING A CHAMPION		BUILDING A CHAMPION		BUILDING A CHAMPION	
12:00	JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		CLAUSURA Y ENTREGA DIPLOMAS	
13:00	LUNCH		LUNCH		LUNCH		LUNCH		LUNCH			
14:00	JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)		JUNIOR CLUB (ACTIVIDADES LÚDICAS)			
15:00												
16:00	TENIS TRAINING		TENIS TRAINING		BEACH TENNIS		TENIS TRAINING		TENIS TRAINING			
17:00												





NUESTRO MÉTODO



“Desarrollar un juego creativo y moderno siguiendo nuestra metodología”.

Toni Nadal

Áreas del programa:

- ENTRENAMIENTO EN PISTA.
- BUILDING A CHAMPION.
- PREPARACIÓN FÍSICA.
- APRENDER A COMPETIR.



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 RNA Camps 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

En los RNA Camps 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.



BUILDING A CHAMPION

#RNAVALUES

La misión de todo el equipo técnico y humano de la Rafa Nadal Academy by Movistar es intentar enseñar a los jóvenes deportistas los valores que Rafa Nadal ha transmitido dentro y fuera de la pista en sus años de experiencia en el circuito profesional.

El Summer Tennis Camp también pretende educar a los asistentes a través del deporte mediante las entretenidas actividades prácticas que componen el programa "Building a Champion".

Los jóvenes recibirán una formación deportiva 360º integrada por todas las áreas que envuelven al tenista actual: conocimiento técnico y táctico, nutrición, preparación física, psicológica deportiva previa y posterior a la competición y valores como el esfuerzo, disciplina, honestidad, compromiso, humildad y respeto, pilares que sostienen el desarrollo integral de nuestros jugadores.



PREPARACIÓN FÍSICA

La capacidad coordinativa de cada jugador les da la oportunidad de hacer posible lo imposible, de conseguir que lo posible parezca fácil y que lo fácil se vea elegante. Esto incluye la movilidad, el equilibrio, la velocidad de reacción, la agilidad en los cambios de dirección, la explosividad de los movimientos y la resistencia.

APRENDER A COMPETIR

TOLERANCIA Y ESPIRITU COMPETITIVO

Aprender a competir controlando la mente, el lenguaje corporal y luchar hasta la última pelota.

FOMENTAR LA CONFIANZA

Aumentar la confianza del jugador creando situaciones tácticas que favorezcan su juego.

CONTROL EMOCIONAL Y CAPACIDAD PARA RESOLVER PROBLEMAS

Los buenos jugadores saben cómo resolver los grandes problemas de la competición. En los RNA Camps queremos ayudar a los alumnos a aprender como enfocar su atención en encontrar soluciones en vez de enfocarla frustraciones o pensamientos negativos.



INSTALACIONES



RAFA NADAL TENNIS CENTRE; EL PARAISO DEL TENIS

El Rafa Nadal Tennis Centre 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 Centre 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 Centre 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 paradisíaco 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



PALLADIUM
HOTEL GROUP

RAFA NADAL SHOP

¿Quieres llevarte un recuerdo de tu estancia con nosotros? En Rafa Nadal Shop encontrarás una exclusiva selección de moda deportiva con los logos de Rafa Nadal Academy by Movistar y Rafa Nadal Tennis Centre Costa Mujeres. Además, encontrarás una gran variedad de artículos de recuerdo que podrás llevarte contigo tras tus vacaciones de tenis con nosotros. Tazas, libretas, llaveros, etc...



1 CAMPO DE FÚTBOL 7

8 PISTAS DE TENIS DE TIERRA BATIDA (5 EXTERIORES Y 3 CUBIERTAS)



1 PISTA DE PÁDEL



SPORT CAFE

Sport Cafe es el lugar perfecto para disfrutar de los mejores eventos deportivos del mundo en pantalla gigante. Relájate y disfruta de nuestra carta de SNACKS & DRINKS con variados y saludables bocadillos recién preparados y bebidas refrescantes en un ambiente deportivo.



RAFA NADAL MUSEUM XPERIENCE

Ven a descubrir el Museo de Rafa Nadal donde encontrarás una amplia exposición de trofeos y equipaciones del tenista con las que ganó algunos de sus títulos de Grand Slam.

En este espacio también podrás ver donaciones de otros deportistas que han querido estar presentes en este especial museo inspirado en el museo original que se encuentra en Rafa Nadal Academy by Movistar en Mallorca (España).

Viaja por la historia del deporte contemporáneo, pon a prueba tus habilidades en nuestros juegos interactivos, revive los mejores momentos de la carrera deportiva de Rafa Nadal y conoce los valores del deporte a través del contenido audiovisual del Rafa Nadal Museum Xperience.





GRAND PALLADIUM

COSTA MUJERES RESORT & SPA

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 Centre.
- 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 las últimas instalaciones y tratamientos corporales.

¿En qué destacamos?

- Poseidón, un magnífico 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 Centre.
- 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 (thai), Boghali (indio).





Información y Reservas:

Tel. +19173412197
Extensión desde habitación 88591
sales@rafanadaltenniscentre.com



PALLADIUM
HOTEL GROUP

rafanadaltenniscentre.com | PALLADIUMHOTELGROUP.COM

frontdesk@rafanadalcentre.com | sales@rafanadaltenniscentre.com