



CURSOS INTENSIVOS DE PADEL (NAVIDADES 2009 /2010)

¿QUÉ SON LOS CURSOS INTENSIVOS DE PADEL?

Los cursos intensivos de pádel Runakay están específicamente diseñados para potenciar la mejora y aprendizaje de este deporte en un espacio reducido de tiempo.

Por medio de un novedoso método de enseñanza basado en la Identificación, Corrección y Práctica (*ICP Runakay*) de aquellos aspectos a depurar en el normal desarrollo de las fases de un partido de pádel, cualquier jugador/a podrá tanto iniciarse en la práctica de este deporte como afinar su estilo y eficacia de juego.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Los cursos intensivos de pádel van dirigidos a diferentes perfiles de personas:

- Niños/as con edades comprendidas entre 4 y 17 años. Ideal como una actividad lúdica y de ocio durante las jornadas vacacionales navideñas. El trabajo diario se adaptará a los objetivos marcados para cada tramo de edad.
- Personas que quiera iniciarse en el deporte y quiera realizar una toma de contacto con el mismo.
- Jugadores/as de nivel iniciación, que hayan recibido alguna clase de pádel y quieran seguir mejorando aspectos específicos del juego.
- Jugadores/as de nivel medio que necesiten aprender o mejorar ciertos aspectos de la técnica y táctica.
- Jugadores/as de nivel avanzado que quieran mejorar aspectos específicos de su juego.

¿CÓMO FUNCIONAN LOS CURSOS INTENSIVOS?

Una vez cerrado el número de alumnos/as que quieren recibir el curso, en función del nivel y de los objetivos de los alumnos/as, se realiza una planificación de 5 sesiones (60 minutos de duración cada una) donde se desarrollarán los contenidos previamente planificados. Los cursos intensivos de pádel se pueden realizar en dos espacios diferentes:

1. Pistas de pádel de las urbanizaciones de vecinos. La reserva de pista la realizan los alumnos/as.

2. Club privado de la zona Norte de la Comunidad de Madrid (Colegio Brains): la reserva de pista la realiza la empresa. Los días y horarios en que se imparten estos cursos son los siguientes:

- Sábados: horario abierto de 14:00 a 21:00
- Domingos: horario abierto de 14:00 a 21:00

Las clases de padel las imparten los monitores y entrenadores titulados de la empresa Runakay.

¿QUÉ SE IMPARTE EN LOS CURSOS?

El objetivo de dichos cursos es saber que es en lo que quiere mejorar el alumno/a para poder centrarnos en dicho objetivo y realizar una planificación del curso en función del mismo. Los aspectos más destacados a la hora de trabajar el padel son los siguientes:

- Aprender y mejora la técnica.
- Aprender y mejora la táctica.
- Mejorar algún golpe específico.
- Mejora de aspectos de juego.
- Realización de partidos para mejorar la colocación y movilidad en la pista.
- Niños/as: en función de la edad y el nivel se trabajarán diferentes aspectos de la técnica y táctica del padel.

¿CUÁNDO SE REALIZAN LOS CURSOS INTENSIVOS?

Los cursos intensivos de se realizan en el periodo vacacional de Navidades (09/10). A los alumnos/as se les ofrecen varios días de los cuales tienen que seleccionar 5 de ellos para realizar los cursos intensivos. Los días en los que se impartirán los cursos son:

- Diciembre 2009: 23, 24, 26, 28, 29, 30 y 31 (los días 24 y 31 sólo se impartirán cursos por la mañana)
- Enero 2010: 2, 4, 5, 7, 8 y 9 (el día 5 sólo se impartirán cursos por la mañana)

De los días anteriormente descritos, los alumnos/as podrán elegir 5 para impartir sus sesiones.

Cuando alguno de los días el curso tenga que ser suspendido por causas climatológicas se podrá recuperar en otro de los días marcados para impartir curso.

¿CUÁNTO CUESTAN LOS CURSOS?

1. EN URBANIZACIONES DE VECINOS:

* ADULTOS:

- Curso para un alumno/a: 134 / alumno / 5 clases
- Curso para 2 alumnos/as: 70 / alumno / 5 clases
- Curso para 3 alumnos/as: 48 / alumno / 5 clases
- Curso para 4 alumno/as: 38 / alumno / 5 clases

* NIÑOS/AS:

- Cursos para 3 niños/as: 48 / alumno / 5 clases
- Cursos para 4 niños/as: 38 / alumno / 5 clases
- Cursos para 5 niños/as: 32 / alumno / 5 clases

2. EN CLUB PRIVADO DE LA ZONA NORTE*:

* ADULTOS:

- Curso para un alumno/a: 160 / alumno / 5 clases
- Curso para 2 alumnos/as: 84 / alumno / 5 clases
- Curso para 3 alumnos/as: 58 / alumno / 5 clases
- Curso para 4 alumno/as: 45 / alumno / 5 clases

* NIÑOS/AS:

- Cursos para 3 niños/as: 58 / alumno / 5 clases
- Cursos para 4 niños/as: 45 / alumno / 5 clases
- Cursos para 5 niños/as: 39 / alumno / 5 clases

** Las clases se imparten los Sábados ó Domingos en horario abierto de 14:00 a 21:00 (precia reserva con la coordinación de Runakay)*

¿CÓMO PUEDO APUNTARME A LOS CURSOS?

Para apuntarse a los cursos o recibir más información puedes hacerlo a través de cualquiera de los siguientes métodos: www.runakay.com, escribirnos a escuela@runakay.com o llamarnos al 691 84 64 17