

CURSILLOS DE PADEL PARA PRACTICANTES DE ACTIVIDADES

Desde Octubre 2.014

Cursos de padel dirigidos a todos nuestros soci@s y usuari@s de actividades que quieran realizar una divertida disciplina deportiva como complemento a su actividad de sala.

Cada sesión tendrá una duración de 1 h.

Los contenidos del curso son:

- Iniciación golpes básicos I: Derecha, revés y salida de pared.
- Iniciación golpes básicos II: Golpes de red (volea y remate).
- Aspecto estratégico del juego. Regla del A-B-C.
- Competencia-liga final.

HORARIOS:

LUNES – MIÉRCOLES (duración 1 mes-8 clases)

FECHAS: Del 1 de Octubre en adelante

HORARIO: **PISTA CUBIERTA**
08:00 a 09:00 / 13:00 a 14:00 / 15:00 a 16:00

MARTES – JUEVES (duración 1 mes-8 clase)

FECHAS: Del 2 de Octubre en adelante

HORARIO: **PISTA CUBIERTA**
08:00 a 09:00 / 13:00 a 14:00 / 15:00 a 16:00

VIERNES (duración 1 mes-4 clases)

FECHAS: Del 3 de Octubre en adelante

HORARIO: **PISTA CUBIERTA**
08:00 a 09:00 / 13:00 a 14:00 / 15:00 a 16:00

SABADO (duración 1mes-4 clases 7 días)

FECHAS: Del 4 de Octubre en adelante

HORARIO: **PISTA CUBIERTA**
09:00 a 10:00 / 13:00 a 14:00

	<u>PRECIOS 2 días</u>	<u>PRECIOS 1 día</u>
SOCIO CON ACTIVIDADES	48 €	24 €
KIROL TXARTELA	80 €	40 €
NO SOCIO	86 €	43 €

NOTA: Número de participantes: mínimo 4, máximo 6

AKTIBITATEETAKO ERABILTZAILLEEI ZUZENDUTAKO PADEL IKASTAROAK

2014KO URRITIK AURRERA

Gure bazkide eta aktibitateetako erabiltzaile guztiei zuzendutako padeleko ikastaroak, kirol honetan hasi daitezen, beraien areto aktibitateak osatzeko.

Ordu bateko ikastaroak

Ikastaroaren edukia:

- Oinarrizko golpeen hasieraketa I: Eskuina, ezkerre eta pareta irteera.
- Oinarrizko golpeen hasieraketa II: Sareko kolpeak (bolea eta errematea).
- Jokuaren arlo estrategikoa. A-B-C araudia.
- Lehiaketa-liga amaiera.

ORDUTEGIAK:

ASTELEHEN-ASTEAZKENA (Hilabete 1 – 8 ikastaro)

DATAK: Urriaren 1etik aurrera

ORDUTEGIA: PISTA ESTALIA

08:00-9:00 / 13:00-14:00 / 15:00-16:00

ASTEARTEA – OSTEGUNA (Hilabete 1 – 8 ikastaro)

DATAK: Urriaren 2tik aurrera

ORDUTEGIA: PISTA ESTALIA

08:00-9:00 / 13:00-14:00 / 15:00-16:00

OSTIRALA (Hilabete 1 – 4 ikastaro)

DATAK: Urriaren 3tik aurrera

ORDUTEGIA: PISTA ESTALIA

08:00-9:00 / 13:00-14:00 / 15:00-16:00

LARUNBATA (Hilabete 1 – 4 ikastaro)

DATAK: Urriaren 4tik aurrera

ORDUTEGIA: PISTA ESTALIA

09:00-10:00 / 13:00-14:00

PREZIOAK 2 egun

PREZIOAK egun 1

AKTIBITATEDUN BAZKIDEAK	48 €	24€
KIROL TXARTELA	80€	40€
EZ BAZKIDEAK	86 €	43€

OHARRA: Partaide kopurua: gutxienez 4, gehienez 6