



ESCOLA DE TÊNIS

INSCRIÇÕES PARA A ÉPOCA 2009/2010

A abertura da escola de ténis terá lugar no dia 1 de Setembro de 2009. Todos os interessados deverão, de imediato, proceder à sua inscrição na Secretaria do Clube, que funciona de Terça a Sábado, das 10 às 13 e das 15 às 18 horas, Segunda das 16 às 18 horas e ao Domingo, das 10 às 13 horas.

A Inscrição é efectuada mediante:

- 1 – Preenchimento da ficha de inscrição;
- 2 – Licença da Federação Portuguesa Ténis, nas seguintes modalidades:
 - 2.1. **Licença de Jogador** (Única que permite a participação em provas oficiais).
 - Exame médico desportivo (IDP) a marcar pelo clube;
 - Pagamento do valor da licença: maiores - 20€; menores – 10€ (Inclui seguro desportivo);
 - 2.2. **Licença de Praticante**
 - Apresentação de uma declaração do próprio (termo de responsabilidade);
 - Pagamento do valor da licença: maiores - 20€; menores – 10€ (Inclui seguro desportivo);
- 3 – Pagamento de duas mensalidades (1ª. e última da época), consoante a classe em que se inscrever:

			Mensalidades	
IDADES	CLASSES	Aulas por semana	Sócios	Não Sócios
ATÉ 18 ANOS	Mini-Ténis	1 Aula	15,00 €	17,00 €
		2 Aulas	21,50 €	23,50 €
	Iniciação	1 Aula	15,50 €	17,50 €
		2 Aulas	23,50 €	25,50 €
	Aperfeiçoamento	1 Aula	16,50 €	18,50 €
		2 Aulas	27,00 €	29,00 €
Pré-Competição	3 Aulas	36,00 €	38,00 €	
	3 Aulas (*)	51,50 €	53,50 €	
MAIS DE 18 ANOS	Aperfeiçoamento	1 Aula	18,00 €	20,00 €
		2 Aulas	30,50 €	32,50 €
AULA PARTICULAR – Cada Aula			20,50 €	22,50 €

O valor das mensalidades indicadas para os sócios só é válido quando as quotas se encontrem regularizadas.

4 – Equipamento aconselhado: Raquete, fato de treino, pólo, calções, meias, sapatilhas e um agasalho para vestir depois do treino.

5 - As aulas, nas classes de mini-ténis, iniciação e aperfeiçoamento, terão a duração de 50 minutos, sendo, em complemento, concedido aos alunos 50 minutos de treino livre, sem acompanhamento técnico, que deve ser utilizado no espaço reservado ao grupo a que pertence.

Grupos	Treino	Treino livre	Grupos	Treino	Treino livre
Semana – Grupo 1	14h40	15h40	Semana – Grupo 7	20h40	21h40
Semana – Grupo 2	15h40	14h40	Semana – Grupo 8	21h40	20h40
Semana – Grupo 3	16h40	17h40	Sábado – Grupo 1	09h10	10h00
Semana – Grupo 4	17h40	16h40	Sábado – Grupo 2	10h10	09h10
Semana – Grupo 5	18h40	19h40	Sábado – Grupo 3	11h10	12h00
Semana – Grupo 6	19h40	18h40	Sábado – Grupo 4	12h00	11h10

Eventuais trocas nos horários dos grupos só serão permitidas com autorização antecipada do Treinador.

(Nota: As bolas utilizadas no treino livre serão fornecidas pelos alunos).

(*) – As aulas de Pré-Competição incluem: treino técnico e tático, em grupos não superiores a 3 alunos, com a duração de 90 a 120 minutos (dependente do escalão etário) cada sessão, incluindo uma sessão semanal de condicionamento físico; uma sessão semanal de treino mental, de 30 minutos.

6 – As desistências deverão ser comunicadas pelos alunos, ao Professor ou à Direcção do Clube, com a antecedência mínima de 30 dias. Desistências não comunicadas dentro destes limites, salvo motivos de força maior, devidamente justificados, obrigam ao pagamento das mensalidades.

- O responsável técnico da Escola de Ténis é o treinador António Garrido.

Cantanhede, 27 de Agosto de 2009

Saudações Desportivas

A Direcção