



**CLUB
TENNIS
NATACIÓ
SANT CUGAT**

ESCOLES ESPORTIVES 2026-2027 TENIS · PÀDEL · NATACIÓ





ÍNDEX

INTRODUCCIÓ	3
NORMATIVA GENERAL	4
ESCOLA DE TENIS	8
ESCOLA DE PÀDEL	13
ESCOLA DE NATACIÓ	16



1. INTRODUCCIÓ

El Club Tennis Natació Sant Cugat és un referent esportiu i social al Vallès, on tots els seus serveis i instal·lacions estan orientats a proporcionar als socis un estil de vida saludable, amb l'esport com a protagonista, i a fomentar les relacions i vincles d'amistat entre els membres de l'entitat.

El Club pertany als seus socis, i això es manifesta en l'estima i la cura amb què es duen a terme totes les activitats, tant socials com esportives.

D'una banda, l'acció del Club es dirigeix a fomentar la vida social, organitzant nombroses trobades esportives i festives, com campionats socials -com el "Pares i fills"-, celebracions de festes i diades tradicionals, i sopars de germanor. D'altra banda, **es promou l'esport**, principalment a través de les seves **escoles formatives de tennis, pàdel i natació així com activitats dins de l'àmbit del fitness i les activitats dirigides** que abracen diferents nivells i objectius.

Les instal·lacions del Club Tennis Natació Sant Cugat s'estenen al llarg de 36.000 m² en un entorn inigualable al Parc Natural de Collserola. Els socis i usuaris del Club tenen al seu abast una gran varietat de serveis i instal·lacions per relacionar-se i practicar esports: piscina exterior de 25 metres, 16 pistes de tennis, 10 de pàdel, casa social, piscina interior i zona d'aigües, gimnàs, entre d'altres.

Us convidem a descobrir l'oferta esportiva i formativa del CTNSC per a la temporada 2026-2027. Aproveiteu l'oportunitat de formar part d'un gran club.



2. NORMATIVA GENERAL

Som a les portes d'una nova temporada esportiva. Al llarg del nou curs 2026-2027, les escoles esportives del CTNSC obriran les seves portes a socis i no socis que vulguin formar-se en tenis, pàdel i natació.

En aquest document trobareu tota la informació necessària, tant la normativa general que garanteix el bon funcionament de les activitats i el procés d'inscripció, com les dades específiques de cadascuna de les escoles, amb els seus objectius, responsables, preus i horaris. Cal destacar que els socis del CTNSC gaudeixen de descomptes especials.

2.1. PERÍODE D'INSCRIPCIONS

SOCIS

El període d'inscripció prioritària pels socis s'obrirà el pròxim 6 de juliol.

La formalització de la inscripció es farà a través de l'APP del Club, on es registrarà una preinscripció. La Recepció del Club validarà aquest procés i confirmarà la plaça als socis via e-mail.

NO SOCIS

El període d'inscripció s'obrirà als no socis el 20 de juliol.

Els alumnes no socis disposaran d'un any per gaudir de les nostres activitats. Durant aquest període podran optar a fer-se socis, prèvia comunicació i validació per part del Club.

Per formalitzar la inscripció, els no socis hauran d'accedir a la web del club i realitzar tot el procés a través del nostre formulari online.

En cap cas s'acceptarà l'assistència d'un alumne sense haver complimentat amb anterioritat el full d'inscripció.

2.2. PAGAMENTS DE LES ESCOLES

COMPROMÍS DE TEMPORADA

ATENCIÓ:

La inscripció a les Escoles Esportives del CTNSC comporta la reserva d'una plaça per a tota la temporada esportiva, que té una durada de 10 mesos (de setembre a juny). Per aquest motiu, la inscripció implica un compromís de permanència durant tot el curs.

SOCIS

L'import de l'activitat té caràcter anual i es farà efectiu mitjançant domiciliació bancària. Amb la finalitat de facilitar-ne l'abonament, aquest import es fracciona en 10 quotes mensuals consecutives, les quals no constitueixen una contractació mensual independent, sinó el fraccionament de l'import corresponent a la temporada esportiva completa.

De manera excepcional, el Club estableix dos únics períodes de baixa voluntària durant la temporada, al desembre i al març. Aquestes baixes s'han de comunicar abans del dia 25 de desembre i del dia 25 de març, respectivament. Fora d'aquests períodes, no s'admetran baixes voluntàries, excepte per causes mèdiques degudament justificades d'acord amb la normativa de les escoles.

Aquells socis que han estat baixa al desembre o al març i vulguin tornar a inscriure's, hauran d'abonar els mesos en què han estat de baixa.

Els socis gaudiran dels següents descomptes en la quota més econòmica de la mateixa escola:

- 10% pel 2n germà
- 20% a partir del 3r germà



NO SOCIS

Els pagaments dels alumnes no socis es faran trimestrals, per domiciliació bancària, seguint la següent periodització i **sense opció a donar-se de baixa ni a retornar els períodes no gaudits:**

- 50% l'1 de setembre
- 25% l'1 de gener
- 25% l'1 d'abril



2.3. EQUIPAMENT DEL CLUB

L'equipament oficial del Club és de la marca esportiva HEAD, partner oficial del CTNSC, i està format per una samarreta i un pantaló curt o faldilla. El seu cost és de 38 €.



La renovació de l'equipament oficial té caràcter biennal. En aquelles temporades en què correspongui la seva renovació, l'adquisició serà obligatòria per a tots els alumnes de les escoles de tennis i pàdel. **En les temporades intermèdies, com és el cas de l'actual, els alumnes que ja disposin de l'equipament oficial vigent no caldrà que el tornin a adquirir.**

Els alumnes de nova incorporació, o aquells que no disposin de l'equipament oficial vigent, el podran adquirir a la botiga del Club. En aquests casos, l'import es facturarà al mes següent de l'adquisició de l'equipament.

L'ús de l'equipament oficial serà obligatori en totes les competicions i recomanable durant els entrenaments de les escoles de tennis i pàdel.

2.4. LLICÈNCIA FEDERATIVA

Tots els alumnes de les Escoles de Tennis i Pàdel de Menors han d'estar en possessió de la corresponent llicència federativa de la seva federació. En les Escoles d'Adults, la seva tramitació és recomanable. Aquells alumnes que la vulguin obtenir ho hauran de comunicar al responsable de la secció perquè en pugui gestionar la tramitació.



La llicència federativa inclou l'assegurança obligatòria de la mutualitat esportiva, així com altres avantatges i serveis que es poden consultar a les respectives pàgines web de les federacions.

La tramitació de la llicència anual serà gestionada pel Club i el seu import es facturarà de la manera següent:

- Tennis: es carregarà en el rebut del mes d'octubre, ja que la llicència de la Federació Catalana de Tennis té vigència de l'1 d'octubre al 30 de setembre.
- Pàdel: es carregarà en el rebut del mes de gener, pel fet que la llicència de la Federació Catalana de Pàdel té vigència de l'1 de gener al 31 de desembre.

En el cas del pàdel, si un alumne s'incorpora a partir de setembre i no disposa de la llicència vigent de la temporada anterior, se li tramitarà una llicència quadrimestral (de setembre a desembre). Posteriorment, al mes de gener, es gestionarà la llicència anual corresponent.

Per als alumnes que s'incorporin un cop iniciada la temporada, la llicència es tramitarà en el moment de l'alta i el seu import es facturarà en el rebut del mes següent.

2.5. TORNEJOS I COMPETICIONS

Les inscripcions individuals no estan incloses en les quotes d'entrenament dels grups de competició de les escoles de tenis i pàdel. L'Escola es reserva el dret de notificar amb antelació les condicions econòmiques de les competicions que requereixin viatges de llarga durada.

Pel que fa a les inscripcions per equips, es notificarà a l'inici de curs el seu funcionament, així com les persones encarregades de la seva organització.

2.6. DRETS D'IMATGE

En el moment de realitzar una primera inscripció, se sol·licitarà als alumnes (en cas de ser menors d'edat als pares dels alumnes) la cessió dels drets de la seva imatge. Mitjançant aquesta cessió autoritzen al Club Tennis Natació Sant Cugat a realitzar fotografies i/o filmacions i a utilitzar-les en les seves accions de comunicació.

2.8. CODI DE CONDUCTA

Els alumnes inscrits en qualsevol dels cursos de les Escoles de Tenis, Pàdel o Natació quedaran subjectes a la normativa disciplinària descrita en el Reglament General de Règim Intern del Club Tennis Natació Sant Cugat.

El Club es reserva el dret d'admissió a aquests cursos.

2.9. BAIXES

La inscripció a les Escoles Esportives del CTNSC implica un compromís de permanència durant tota la temporada esportiva, d'acord amb les condicions establertes en aquest document. Les baixes voluntàries únicament es podran tramitar en els períodes habilitats pel Club i en els termes previstos a l'apartat de pagaments.

En cas que un/a alumne/a hagi d'interrompre la seva participació per una causa mèdica degudament justificada, s'aplicarà la següent política:

1. Causa mèdica justificada:

Només s'acceptaran baixes amb dret a devolució si són per motius mèdics greus o prolongats de com a mínim 1 mes, justificats amb un informe mèdic oficial.

2. Comunicació formal:

La baixa s'haurà de notificar per correu electrònic a l'adreça: recepcio@ctnsc.org, adjuntant el justificant mèdic. La data del justificant serà la que marcarà l'inici del període de compensació.

3. Compensació econòmica:

En cas de complir els requisits anteriors, el Club retornarà el 40% de l'import proporcional corresponent al període de l'activitat no gaudida, a comptar des de la data indicada en el justificant mèdic.

4. No es reconeixerà el dret a compensació econòmica en els casos següents:

- Quan no es presenti el corresponent justificant mèdic.
- Quan la baixa sigui voluntària o motivada per causes personals.
- Quan la comunicació no s'hagi efectuat de manera formal a través del correu electrònic indicat.

La formalització de la inscripció comporta l'acceptació de les condicions de permanència, de la política de baixes i del calendari de pagaments establerts per a la temporada esportiva.

2.10. CALENDARI DE LES ESCOLES

- Inici del curs: 1 de setembre del 2026.
- Final del curs: 19 de juny del 2027.

Quan, per inclemències meteorològiques o altres causes alienes al Club, s'hagin de suspendre entrenaments, aquestes sessions no generaran un dret individual de recuperació i es procurarà organitzar activitats alternatives dirigides pels entrenadors (preparació física, xerrades formatives, etc.) sempre que les circumstàncies ho permetin.

A continuació trobareu un llistat amb els dies més destacats de la temporada, inclosos l'inici i final dels trimestres, els dies festius i altres dates rellevants, com entrenaments especials i activitats destacades.



DATES IMPORTANTS / FESTIUS I PONTS

1 de setembre	Inici de les Escoles Esportives
11 de setembre	Diada de Catalunya - Festiu
12 d'octubre	Festa Nacional - Festiu
1 de novembre	Tots Sants - Festiu
6, 7 i 8 de desembre	Pont de la Puríssima
19 de desembre	Últim dia del primer trimestre de les Escoles Esportives de menors
21 de desembre	Últim dia del primer trimestre de les Escoles Esportives d'adults
21, 22, 23 i 24 de desembre	Entrenaments especials de les Escoles Esportives durant les festes de Nadal
25 de desembre	Dia de Nadal - Festiu
26 de desembre	Dia de Sant Esteve - Festiu
28, 29, 30 i 31 de desembre	Entrenaments especials de les Escoles Esportives durant les festes de Nadal
1 de gener	Any Nou - Festiu
6 de gener	Dia de Reis - Festiu
7 de gener	Inici del segon trimestre de les Escoles Esportives
3 de març	Sant Medir - Festiu
20 de març	Últim dia del segon trimestre de les Escoles Esportives
22 al 29 de març	Setmana Santa
22, 23, 24 i 25 de març	Entrenaments especials de Setmana Santa de les Escoles Esportives
30 de març	Inici del tercer trimestre de les Escoles Esportives
1 de maig	Dia Internacional dels Treballadors - Festiu
12 de juny	Cloenda de les Escoles Esportives
19 de juny	Últim dia del tercer trimestre de les Escoles Esportives de menors
21 de juny	Últim dia del tercer trimestre de les Escoles Esportives d'adults



Setembre 2026						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Octubre 2026						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Novembre 2026						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Desembre 2026						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Gener 2027						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Febrer 2027						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

Març 2027						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Abril 2027						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Maig 2027						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Juny 2027						
Dl.	Dt.	Dc.	Dj.	Dv.	Ds.	Dg.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

■ Inici o final de trimestre
 ■ Entrenament especial*
 ■ Festiu

*Els entrenaments especials es faran sempre en horari de matí, a definir per part de la direcció de l'Escola.

HORARIS ESPECIALS DURANT NADAL I SETMANA SANTA:

El calendari de la temporada 2026-2027 incorpora sessions especials durant els períodes de Nadal i Setmana Santa, que es realitzaran en horari de matí. Aquestes jornades formen part de la planificació esportiva anual i tenen com a objectiu reforçar l'activitat de les escoles i compensar, en la mesura del possible, les incidències ocasionades durant la temporada per inclemències meteorològiques o altres causes justificades.

2.11. POLÍTICA DE RECUPERACIÓ DE CLASSES EN LES ESCOLES D'ADULTS

Les Escoles d'Adults de Tennis i Pàdel es desenvolupen d'acord amb la planificació anual de la temporada esportiva. Les sessions que, de manera puntual, s'hagin de suspendre per inclemències meteorològiques o per altres causes de força major degudament justificades no generaran, per si mateixes, un dret individual de recuperació.

El Club procurarà garantir, sempre que les circumstàncies ho permetin, un mínim de tres sessions efectives mensuals. En cas que, com a conseqüència d'inclemències meteorològiques o altres causes de força major justificades, no es pugui assolir aquest mínim, el Club podrà organitzar les mesures compensatòries que consideri oportunes.

Les eventuais sessions de compensació seran determinades pel Club en funció de la disponibilitat de pistes i d'organització de l'Escola, i es podran realitzar en un altre grup, horari o amb un entrenador/a diferent de l'habitual.

En qualsevol cas, aquestes mesures tindran caràcter organitzatiu i no comportaran el dret a recuperar individualment una sessió concreta ni a percebre cap compensació econòmica.



ESCOLA DE TENIS



3. ESCOLA DE TENIS

RESPONSABLE DE LA SECCIÓ:

Jimmy Knuckey - T. 697 52 84 67 · ✉ escolatenis@ctnsc.org

3.1. ESCOLA BASE

MINI-TENIS

L'objectiu de l'escola de mini-tenis és familiaritzar els més petits amb l'esport del tenis i els seus elements (pista, raqueta, pilota i xarxa). Es treballa el desenvolupament de la psico-motricitat i la coordinació, així com l'adaptació al nou entorn del Club. Es recomana un mínim de 2 dies a la setmana a combinar de dilluns a dissabte, excepte els divendres.

Edats: nascuts/des entre 2021 i 2022

Dies i horaris:

De dilluns a dijous, de 17:45 a 19:00

Dissabtes de 10:30 a 11:45

Tarifa socis (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia: 58 €

2 dies: 81 €

3 dies: 116 €

Tarifa no socis* (el preu és anual, consulteu condicions a la normativa. Els no socis podran escollir classes sempre en horari de dilluns a dijous. Dissabte es podrà venir sempre que sigui complement d'un altre dia)

1 dia: 986 €/anual

2 dies: 1.377 €/anual

3 dies: 1.972 €/anual



INICIACIÓ - NIVELL 1

En aquesta segona etapa, els alumnes s'inicien en el joc del tennis i es familiaritzen amb la seva tècnica. Al mateix temps, es continua treballant les habilitats generals i específiques. Es recomana un mínim de dos dies a la setmana a combinar entre dimarts, dijous i dissabte; o dilluns, dimecres i dissabte.

Edats: nascuts/des entre 2019 i 2020

Dies i horaris:

Dilluns i/o dimecres de 17:45 a 19:00. Dissabte de 10:30 a 11:45.

Dimarts i/o dijous de 17:45 a 19:00. Dissabte de 10:30 a 11:45.

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia: 80 €

2 dies: 107 €

3 dies: 124 €

Tarifa no socis* (el preu és anual, consulteu condicions a la normativa. Els no socis podran escollir classes sempre en horari de dilluns a dijous. Dissabte es podrà venir sempre que sigui complement d'un altre dia)

1 dia: 1.360 €/anual

2 dies: 1.819 €/anual

3 dies: 2.108 €/anual

INICIACIÓ - NIVELL 2

Els alumnes comencen a introduir-se en la pràctica del tennis i a conèixer els aspectes bàsics de la tècnica. Paral·lelament, es continua potenciant les habilitats generals i específiques. Es recomana fer un mínim de dues sessions setmanals, que es poden combinar entre dimarts, dijous i dissabte, o bé entre dilluns, dimecres i dissabte.

Edats: nascuts/des entre 2016 i 2018

Dies i horaris:

Dilluns i/o dimecres de 17:30 a 19:00. Dissabte de 10:30 a 12:00.

Dimarts i/o dijous de 17:30 a 19:00. Dissabte de 10:30 a 12:00.

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia: 83 €

2 dies: 110 €

3 dies: 127 €

Tarifa no socis* (el preu és anual, consulteu condicions a la normativa. Els no socis podran escollir classes sempre en horari de dilluns a dijous. Dissabte es podrà venir sempre que sigui complement d'un altre dia)

1 dia: 1.411 €/anual

2 dies: 1.870 €/anual

3 dies: 2.159 €/anual



PERFECCIONAMENT

En aquesta etapa, els alumnes aprofundeixen en la pràctica del joc del tenis i es familiaritzen amb la seva tècnica. Al mateix temps, es continuen treballant les habilitats generals i específiques. Es recomana un mínim de 2 dies a la setmana, ideal 3 dies, a combinar entre dimarts, dijous i dissabte; o dilluns, dimecres i dissabte.

Edats: nascuts/des entre 2012 i 2015

Dies i horaris:

De dilluns a divendres de 19:00 a 20:30 i dissabte de 10:30 a 12:00.

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia: 83 €

2 dies: 110 €

3 dies: 127 €

Tarifa no socis* (el preu és anual, consulteu condicions a la normativa. Els no socis podran escollir classes sempre en horari de dilluns a dijous. Dissabte es podrà venir sempre que sigui complement d'un altre dia)

1 dia: 1.411 €/anual

2 dies: 1.870 €/anual

3 dies: 2.159 €/anual

ESCOLA JÚNIOR

Els alumnes d'aquesta etapa de l'escola de tenis treballen per perfeccionar la seva tècnica de joc, aprofundint en la tàctica i practicant situacions de joc real. També està adreçat a exalumnes de l'escola de competició. Oferim als jugadors la possibilitat de participar en competicions internes com a pràctica competitiva. A escollir un o dos dies.

Edats: nascuts/des entre 2009 i 2011

Dies i horaris:

Dilluns i/o dimecres, de 20:30 a 21:45

Dimarts i/o dijous, de 16:15 a 17:30

Tarifa socis (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia: 64 €/mes

2 dies: 110 €/mes



3.2. ESCOLA DE COMPETICIÓ

COMPETICIÓ BASE

Els integrants d'aquest grup es preparen des del punt de vista tècnic, tàctic, físic i mental, amb l'objectiu d'iniciar-se en la competició. Els jugadors representen al club en diferents competicions, tant en competicions individuals com per equips; per aquest motiu, requereix que els alumnes estiguin compromesos amb el grup. Mínim 2 dies a la setmana.

Edats: nascuts/des entre el 2011 i 2016

Dies i horaris:

Nascuts/des entre 2011 i 2014: Dilluns i dimecres de 16:00 a 18:30 o de 18:30 a 21:00

Nascuts/des entre 2015 i 2016: Dimarts i dijous de 17:30 a 20:00

Dissabte, dia extra, horari a confirmar per la direcció de l'escola

** L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat.*

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

2 dies: 141 €

3 dies: 185 €

2 dissabtes al mes: 20 €

4 dissabtes al mes: 40 €

COMPETICIÓ A

Els jugadors del grup de Competició representen al Club en diferents competicions, tant en l'àmbit individual com per equips, per això se'ls demana un compromís amb els entrenaments i les competicions de cap setmana. Els entrenaments se centren en aspectes tècnics, tàctics, físics i mentals. Mínim 2 dies a la setmana segons categoria, amb opció d'un quart dia els dissabtes.

Edats: nascuts/des entre el 2011 i 2018

Dies i horaris:

Dilluns i dimecres, de 17:45 a 20:30 (benjamí i aleví)

Dimarts i dijous, de 18:00 a 20:45 (infantil i cadet)

Divendres, de 16:00 a 18:30 (infantil, cadet i júnior)

Divendres, de 17:30 a 20:00 (benjamí i aleví)

Divendres, de 18:00 a 20:30 (infantil, cadet i júnior)

** L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'Escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat.*

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

2 dies: 160 €

3 dies: 227 €

2 dissabtes al mes: 20 €

4 dissabtes al mes: 40 €



COMPETICIÓ PLUS

Aquest grup de competició està integrat per jugadors que tenen una major dedicació tenística i persegueixen objectius concrets pel que fa a les competicions i el ranking. Per això, se'ls demana un compromís amb els entrenaments i les competicions de cap de setmana. Els entrenaments se centren en aspectes tècnics, tàctics, físics i mentals. La planificació d'aquest grup és individualitzada. Mínim 3 dies a la setmana a combinar de dilluns a divendres, recomanable 4 dies.

Edats: nascuts/des entre 2009 i 2015

Dies i horaris:

De dilluns a dijous, de 16:00 a 18:45

Divendres de 16:00 a 18:30

** L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'Escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat.*

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia: 137 €

2 dies: 237 €

3 dies: 303 €

4 dies: 367 €

5 dies: 455 €

** 2 dissabtes al mes: 20 € | 4 dissabtes al mes: 40 €*

3.3. ADULTS

ADULTS I EQUIPS SÈNIORS

El grup està obert a tots els socis que vulguin aprendre, mantenir i millorar el seu tenis. Els grups d'entrenament s'adapten segons nivells, amb un mínim de 3 alumnes i un màxim de 4 alumnes per pista. Hi haurà entrenaments en grup d'adults en iniciació i perfeccionament i, a part, hi haurà entrenament per jugadors d'equips sèniors (+35).

Edats: A partir de 18 anys

Dies i horaris:

De dilluns a divendres de 14:30 a 15:45

Dilluns i dimecres de 15:45 a 17:00 o de 20:30 a 21:45

Dimarts i dijous de 15:45 a 17:00 o de 20:45 a 22:00.

** L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'Escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat. Els grups seran d'un mínim de 2 alumnes i un màxim de 4 alumnes.*

Tarifa socis (preus mensuals amb un mínim d'un trimestre)

1 dia: 88 €

2 dies: 140 €

Preu especial menors de 39 anys (preus mensuals amb un mínim d'un trimestre)

1 dia: 69 €

2 dies: 116 €





ESCOLA DE PÀDEL



4. ESCOLA DE PÀDEL

RESPONSABLES DE LA SECCIÓ:

ESCOLA DE MENORS:

Lluís Brunet

T. 650 73 97 28 · ✉ secciopadel@ctnsc.org

ESCOLA D'ADULTS:

Jordi Fuentes

T. 650 42 33 22 · ✉ escolapadel@ctnsc.org

4.1. ESCOLA DE MENORS

INICIACIÓ

Aquesta primera etapa té com a objectiu iniciar els alumnes en les habilitats i les tècniques bàsiques del pàdel d'una manera lúdica i formativa. També s'adreça a alumnes que ja tenen unes nocions bàsiques i volen continuar progressant.

Edats: nascuts/des entre 2016 i 2019

Dies i horaris:

De dilluns a divendres, de 17:30 a 18:30 o de 18:30 a 19:30

Dissabtes de 10:00 a 11:00 o d'11:00 a 12:00

* L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'Escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat.

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia: 69 €

2 dies: 116 €

Tarifa no socis* (el preu és anual, consulteu condicions a la normativa. Els no socis podran escollir classes sempre en horari de dilluns a divendres. Dissabte es podrà venir sempre que sigui complement d'un altre dia)

1 dia: 1.173 €/anual

2 dies: 1.972 €/anual



PERFECCIONAMENT / TECNIFICACIÓ

En aquesta etapa de l'escola, el component tècnic i tàctic s'intensifica. També s'afegeix l'objectiu d'iniciar-se en la competició. L'entrenament inclou 45 minuts de preparació física abans o després de l'entrenament de pista, segons l'horari escollit.

Edats: nascuts/des entre 2009 i 2015

Dies i horaris:

De dilluns a divendres, de 17:30 a 18:45 o de 18:45 a 20:00

* L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'Escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat.

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

2 dies: 126 €

3 dies: 180 €

Tarifa no socis* (el preu és anual, consulteu condicions a la normativa. Els no socis podran escollir classes sempre en horari de dilluns a divendres. Dissabte es podrà venir sempre que sigui complement d'un altre dia)

2 dies: 2.142 €/anual

COMPETICIÓ

L'escola de competició treballa amb l'objectiu de millorar els aspectes tècnics, tàctics, físics i mentals dels nostres alumnes. S'organitza a partir d'un programa dedicat a la competició, per introduir als jugadors dins el circuit català federat, tant per equips com per parelles. Inclou 1 hora de preparació física.

Edats: nascuts/des a partir de 2008

Dies i horaris:

De dilluns a divendres, de 16:00 a 17:30 o de 17:30 a 19:00

* L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'Escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat.

Tarifa socis* (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

2 dies: 169 €

3 dies: 239 €



4.2. ADULTS

ESCOLA D'ADULTS

Oferim als adults classes molt dinàmiques, amb objectius de millora tècnica i tàctica o d'iniciació al pàdel. Els grups són de 3/4 alumnes per pista, en classes de 60'.

Edats: a partir de 18 anys

Dies i horaris:

De dilluns a divendres de 19:00 a 20:00 o de 20:00 a 21:00

* L'organització dels grups i horaris es farà sempre d'acord amb el criteri de la direcció de l'escola, atenent en tot moment a raons de nivell i edat. Opció d'horari abans de les 19:00 segons ocupació de l'Escola de menors.

Tarifa socis (preus mensuals amb un mínim d'un trimestre)

1 dia: 88 €

2 dies: 140 €

Preu especial menors de 39 anys (preus mensuals amb un mínim d'un trimestre)

1 dia: 69 €

2 dies: 116 €

ENTRENAMENTS PER EQUIPS DEL CLUB

Oferim entrenaments regulars, estructurats i específics per a jugadors/es dels equips competició adults del Club, per millorar el rendiment en lliga, amb un mínim de 3 alumnes i un màxim de 4 alumnes per pista, fomentar la cohesió d'equip i mantenir la motivació durant tota la temporada. Es treballarà contingut tècnic i tàctic i cada sessió inclourà situacions de joc reals (tàctica): parelles formades, cobertura, comunicació, posició, jugades habituals, etc. Es realitza en cicles de 4, 8 o 12 setmanes amb entrenament setmanal o quinzenal, segons nivell i calendari de lliga.

Edats: a partir de 18 anys

Dies i horaris:

De dilluns a dijous (segons demanda) de 19:00 a 20:00 o de 20:00 a 21:00

* Horaris adaptables segons la disponibilitat dels equips i pistes.

Preu per persona i sessió

1 hora: 15€



ESCOLA DE NATACIÓ



5. ESCOLA DE NATACIÓ

RESPONSABLE DE LA SECCIÓ:

Marc Llonch

T. 617 72 19 49 · ✉ marc.llonch@ctnsc.org

5.1. HORARIS

2 a 3 anys	
Dilluns	17:00 a 17:30
Dimecres	17:00 a 17:30

3 a 5 anys	
Dilluns	17:30 a 18:15
Dimarts	17:30 a 18:15
Dimecres	17:30 a 18:15
Dissabte	10:45 a 11:30

5 a 7 anys	
Dilluns	18:15 a 19:00
Dimarts	18:15 a 19:00
Dimecres	18:15 a 19:00
Dijous	17:45 a 18:30
Divendres	18:30 a 19:15

6 a 10 anys	
Dissabte	10:00 a 10:45

8 a 12 anys	
Dilluns	19:00 a 19:45
Dimarts	19:00 a 19:45
Dimecres	19:00 a 19:45
Dijous	18:30 a 19:15
Divendres	19:15 a 20:00
Dissabte	12:15 a 13:00

13 a 16 anys	
Dilluns	19:45 a 20:30
Dimecres	19:45 a 20:30
Dijous	19:15 a 20:00
Divendres	20:00 a 20:45
Dissabte	9:15 a 10:00

Adults	
Dilluns	16:15 a 17:00
Dilluns	20:30 a 21:15
Dimarts	16:45 a 17:30
Dimarts	19:45 a 20:30
Dimecres	16:15 a 17:00
Dimecres	20:30 a 21:15
Dijous	17:00 a 17:45
Divendres	16:15 a 17:00
Divendres	17:00 a 17:45
Divendres	17:45 a 18:30
Dissabte	11:30 a 12:15



5.2. INFORMACIÓ I PREUS

ESCOLA DE NATACIÓ

L'escola de natació està adreçada a nens i nenes de totes les edats, des dels 2 als 15 anys; a banda de classes adreçades a adults. Pels no socis l'edat és a partir dels 3 anys. El fet de treballar amb grups reduïts permet que els alumnes obtinguin el millor aprenentatge possible. Els horaris de l'escola són variats per adaptar-se a totes les necessitats. Es poden fer combinacions de diferents dies i hores.

Tarifa socis (preus mensuals amb un total de 10 rebuts ininterromputs)

1 dia a la setmana: 50 €

2 dies a la setmana: 85 €

Tarifa no socis (El preu és anual, consulteu condicions a la normativa. Els no socis podran escollir classes a partir dels 3 anys, sempre en horari de dilluns a dijous.)

1 dia a la setmana: 850 €

2 dies a la setmana: 1.445 €

5.3. COMPETICIONS ESCOLARS

Per segona temporada consecutiva, els nens i nenes a partir de la categoria benjamí que ho desitgin podran participar en les competicions de natació escolar que el club proposi durant la temporada.

Aquestes competicions tenen un cost fix anual, segons l'edat de l'esportista. Aquest import inclou:

- Llicència escolar de Barcelona.
- Assegurança esportiva.
- Inscripció a les competicions.
- Llicència dels tècnics del Club.

A més, per cada competició en què vulguin participar, caldrà abonar un import a part per cobrir les despeses dels tècnics que els acompanyaran durant la jornada.

5.4. NORMATIVA DE L'ESCOLA DE NATACIÓ

Per poder participar en els cursets de natació cal portar banyador, barnús, xanquetes, casquet de bany i ulleres.

A partir dels 3 anys, es recomana que cada peça de roba estigui marcada amb el nom de l'alumne per millorar el dinamisme del curset.

Es demana màxima puntualitat a l'hora de començar les classes. No està permès fer fotos ni vídeos en el transcurs de les sessions.



CLUB TENNIS NATACIÓ SANT CUGAT

Camí del Crist Treballador s/n
08173 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)

T. 93 674 14 53

info@ctnsc.org

www.ctnsc.org