



ESTIU 2026

ESTIU 2026

ÍNDEX

INTRODUCCIÓ	3
SUMMER KIDS	4
INTENSIU DE TENIS	7
INTENSIU DE PÀDEL	9
ACAMPADA	12
ESCOLES D'ADULTS	16
DADES GENERALS	18
TARIFES SOCIS	22
TARIFES NO SOCIS	23

INTRODUCCIÓ

Aquest estiu, el Club Tennis Natació Sant Cugat torna a obrir les portes a unes estades d'estiu dissenyades perquè nens i nenes visquin una experiència esportiva, educativa i plena de diversió en un entorn únic.

Les nostres estades destaquen per la qualitat de les activitats, l'alt nivell del nostre equip tècnic i l'excel·lència de les instal·lacions, considerades entre les millors de Catalunya. En un entorn natural privilegiat, els participants podran gaudir de tennis, pàdel, piscina i una àmplia varietat d'activitats esportives i lúdiques, adaptades a cada franja d'edat.

El programa és dirigit per professionals qualificats del club, amb una sòlida experiència en l'àmbit esportiu i educatiu, que assegurin un seguiment proper dels participants i fomenten un ambient segur, dinàmic i motivador.

A més, els nens i nenes que es quedin a dinar podran gaudir d'àpats elaborats al mateix club, amb menús equilibrats i adaptats a les seves necessitats.

Les estades del Club Tennis Natació Sant Cugat són molt més que un campus d'estiu: són una oportunitat per fer esport, créixer, fer nous amics i gaudir d'un estiu actiu en un entorn esportiu de primer nivell.

En aquest dossier hi trobareu tota la informació sobre les activitats, els horaris i els programes que hem preparat per a aquest estiu.

**SUMMER
KIDS**

& INTENSIVUS



SUMMER KIDS

Per a nens/es nascuts/des entre 2018 i 2022

El Summer Kids és el programa ideal perquè els més petits gaudeixin d'un estiu actiu, divertit i ple d'experiències enriquidores.

Durant sis setmanes, els participants combinaran activitats esportives, jocs, piscina, tallers i propostes lúdiques en un entorn natural privilegiat dins del club. L'objectiu és que nens i nenes es diverteixin mentre desenvolupen habilitats motrius, socials i esportives.

Al llarg del matí, practican activitats com tenis, pàdel, esports diversos i piscina, sempre adaptades a cada edat i nivell. A la tarda, el programa es complementa amb jocs d'aigua, manualitats, gimcanes, activitats en anglès i altres propostes lúdiques que estimulen la creativitat, el treball en equip i la convivència.

Tot el programa és dirigit per monitors i tècnics qualificats, que assegurin un entorn segur, proper i motivador perquè cada participant visqui una experiència educativa i plena de diversió.

TENIS

El tenis és una de les activitats principals de les estades d'estiu del Club. Els participants podran iniciar-se en aquest esport o millorar les seves habilitats tècniques, sempre adaptant les sessions a l'edat i al nivell de cada grup.

Els nostres tècnics treballaran els fonaments tècnics, la coordinació, les regles bàsiques del joc i la dinàmica de partit, tot combinant aprenentatge i diversió.

PÀDEL

El pàdel s'introdueix de manera progressiva i divertida, adaptant-se a les necessitats i al nivell de cada grup. A través de jocs i exercicis específics, els participants aprendran els moviments bàsics, la coordinació amb la pala i les nocions principals del joc. No és necessari portar pala pròpia per participar en aquesta activitat.

PISCINA

Les activitats aquàtiques es desenvolupen en diferents espais del club i combinen jocs, circuits i activitats lúdiques dins de l'aigua. Els participants faran activitats com circuits amb material, jocs amb pilota, immersions, relleus i desplaçaments aquàtics, sempre amb l'objectiu de millorar les seves habilitats a l'aigua mentre es diverteixen.

ESPORTS

Durant les estades, els participants tindran l'oportunitat de practicar diferents esports col·lectius com futbol, bàsquet, vòlei, handbol o hoquei herba. Les activitats estan plantejades de manera adaptada a cada edat, utilitzant jocs preesportius i activitats dinàmiques que faciliten l'aprenentatge i fomenten el treball en equip.

JOCS

Les activitats de jocs inclouen una gran varietat de propostes lúdiques com gimcanes, jocs de pistes, jocs tradicionals, tallers de manualitats i activitats creatives. Aquestes activitats tenen com a objectiu fomentar la imaginació, la cooperació i el treball en equip, tot creant un ambient participatiu i divertit per a tots els participants.

A continuació, podeu consultar el programa diari amb els horaris detallats de totes les activitats.

PROGRAMA DIARI SUMMER KIDS						
HORARI		Dofins (4 anys)	Elefants (5 anys)	Lleons (6-7 anys)		
TOT EL DIA	MATÍ + DINAR	MATÍ	8:30 a 9:00		Arribada	
			9:00 a 10:00	Piscina Interior	Mini Tennis	Esports
			10:00 a 11:00	Mini Tennis	Piscina Interior	Piscina Exterior
			11:00 a 11:30	Esmorzar		
			11:30 a 12:30	Motricitat	Esports	Pàdel
			12:30 a 13:30	Jocs	Pàdel	Tenis
			13:30 a 13:45	Recollida		
			12:45 a 13:45	Dinar	Descans	Descans
			13:45 a 14:45	Descans	Dinar	Dinar
			15:00 a 15:30	Esbarjo / Recollida		
			15:30 a 16:45	Manualitat, Gimcana, Cinema, Piscina, Jocs d'aigua		
			16:45 a 17:00	Berenar		
			17:00 a 17:30	Recollida		

INTENSIU DE TENIS

Per a nens/es nascuts/des entre 2010 i 2018

L'intensiu de tenis del nostre club està pensat tant per a la iniciació com per a la continuïtat en la pràctica d'aquest esport.

Durant el matí es faran dues hores de tenis diàries, treballant la tècnica, la coordinació, el control de la pilota i la dinàmica de joc, sempre adaptant-se al nivell de cada participant.

El programa es complementa amb activitats esportives, piscina i jocs, que fan que la jornada sigui variada, dinàmica i divertida.

NATACIÓ

L'activitat aquàtica es distribuirà en diferents espais i inclourà propostes lúdiques com circuits amb màrfeques, jocs amb pilota, activitats d'immersió i relleus. També es practicaran els diferents estils de natació de forma divertida i participativa.

ESPORTS

Al llarg de la setmana, els participants gaudiran d'una gran varietat d'esports col·lectius com futbol, bàsquet, vòlei, handbol i hoquei herba.

Els alumnes que optin pel torn de tarda participaran en competicions internes de caràcter lúdic, així com en jocs i activitats diverses dissenyades per fomentar el treball en equip i la diversió.

A continuació, podeu consultar el programa diari amb els horaris detallats de totes les activitats.

PROGRAMA DIARI INTENSIU DE TENIS						
HORARI		Nascuts entre 2010 i 2012	Nascuts entre 2013 i 2015	Nascuts entre 2016 i 2018		
TOT EL DIA	MATÍ + DINAR	MATÍ	8:30 a 9:00		Arribada	
			9:00 a 10:00	Tenis	Tenis	Esports
			10:00 a 11:00	Piscina exterior	Esports	Tenis
			11:00 a 11:30	Esmorzar		
			11:30 a 12:30	Tenis	Tenis	Piscina Exterior
			12:30 a 13:30	Esports	Piscina exterior	Tenis
			13:30 a 13:45	Recollida		
	13:50 a 14:45	Dinar				
	15:00 a 15:30	Esbarjo / Recollida				
	15:30 a 16:30	Tenis				
	16:30 a 16:45	Piscina exterior				
	16:45 a 17:00	Berenar				
	17:00 a 17:30	Recollida				

INTENSIU DE PÀDEL

Per a nens/es nascuts/des entre 2010 i 2018

L'intensiu de pàdel ofereix la possibilitat d'aprendre o millorar en aquest esport durant l'estiu. Les sessions es realitzen en grups reduïts, cosa que permet un seguiment més personalitzat per part dels tècnics.

Durant el matí es faran dues hores de pàdel, adaptades al nivell dels participants, combinades amb altres activitats esportives i lúdiques per completar la jornada.

NATACIÓ

L'activitat aquàtica es distribuirà en diferents espais i inclourà propostes lúdiques com circuits amb màrfeques, jocs amb pilota, activitats d'immersió i relleus. També es practican els diferents estils de natació de forma divertida i participativa.

ESPORTS

Al llarg de la setmana, els participants gaudiran d'una gran varietat d'esports col·lectius com futbol, bàsquet, vòlei, handbol i hoquei herba.

Els alumnes que optin pel torn de tarda participaran en competicions internes de caràcter lúdic, així com en jocs i activitats diverses dissenyades per fomentar el treball en equip i la diversió.

A continuació, podeu consultar el programa diari amb els horaris detallats de totes les activitats.

PROGRAMA DIARI INTENSIU DE PÀDEL						
HORARI		Nascuts entre 2010 i 2012	Nascuts entre 2013 i 2015	Nascuts entre 2016 i 2018		
TOT EL DIA	MATÍ + DINAR	MATÍ	8:30 a 9:00		Arribada	
			9:00 a 10:00	Pàdel	Pàdel	Esports
			10:00 a 11:00	Piscina exterior	Esports	Pàdel
			11:00 a 11:30	Esmorzar		
			11:30 a 12:30	Pàdel	Piscina exterior	Pàdel
			12:30 a 13:30	Esports	Pàdel	Piscina exterior
			13:30 a 13:45	Recollida		
	13:50 a 14:45	Dinar				
	15:00 a 15:30	Esbarjo / Recollida				
	15:30 a 16:30	Pàdel				
	16:30 a 16:45	Piscina				
	16:45 a 17:00	Berenar				
	17:00 a 17:30	Recollida				





TOUR MALANG

ACAMPADA!

TORNA LA GRAN ACAMPADA!

9 de juliol de 2026

El 9 de juliol torna una de les tradicions dels estius del Club. Oferim a tots els alumnes apuntats als Summer Kids i als intencius de tennis i pàdel (a partir de 4 anys fins a 12 anys) l'acampada per gaudir d'una activitat diferent i molt motivadora.

Aquesta activitat té un suplement de 36 €.

* Les inscripcions es podran fer en el moment de formalitzar les setmanes o posteriorment abans del 6 de juliol, a través de l'app del Club.

** Tindran prioritat els nens i nenes que estiguin inscrits a les activitats de la setmana de l'acampada.

NOTA: Els pares i mares que puguin col·laborar amb l'aportació de tendes (iglús sobretot!), que ens ho indiquin en el paper que ens heu d'entregar aquella setmana. En el moment que en tinguem suficients us ho farem saber. És un tema molt important pel desenvolupament de l'activitat.

PREGUNTES FREQUENTS DE L'ACAMPADA

On dormen els vostres fills/es?

Tant els més petits com els grans, a les tendes que muntarem al bosc.

Què costa?

L'activitat té un cost extra de 36 €, que inclou el sopar, l'esmorzar i el monitoratge.

Els participants que només fan activitats al matí i participin en l'acampada, hauran de pagar un suplement de 22 € que inclou el dinar del mateix dia, més les activitats de tarda.

Què cal portar?

A banda de la roba i l'equip del mateix dia, una motxilla amb:

- Pijama
- Xanquetes
- Sac de dormir (d'estiu)
- Estris d'higiene personal (raspall de dents, pinta...)
- Aïllant/màrfega
- Repel·lent de mosquits
- Lot
- Algun jersei prim per si refresca
- Roba de recanvi per als més petits
- Roba per divendres
- Coixí opcional

Quines opcions hi ha?

En principi, creiem que tots els participants han de passar el dia sencer amb nosaltres (dinar, sopar, dormir i esmorzar). En aquest cas cal comprar el tiquet de dinar, si l'opció escollida aquella setmana és la de matí. Pel que fa als més petits, hi ha l'opció que dinin a casa i portar-los al club a les 18:00.



ESCOLLES D'ADULTS



INTENSIU D'ADULTS DE TENIS I PADEL

Del 29 de juny al 24 de juliol

Durant l'estiu, els adults també poden continuar practicant esport al club amb les escoles d'estiu de tennis i pàdel. Les classes es realitzen en grups reduïts, cosa que permet adaptar les sessions al nivell dels participants i millorar progressivament la tècnica i el joc. És una oportunitat ideal tant per iniciar-se en aquests esports com per continuar millorant durant els mesos d'estiu.

INTENSIUS ESPECÍFICS DE TENIS PER ADULTS

Dies:

Dilluns i dimecres o dimarts i dijous

Durada de les classes: 1 h 20'

- 18:00 – 19:20
- 19:30 – 20:50

Dates: Del 29 de juny al 24 de juliol (4 setmanes)

Grups: Reduïts de 3 o 4 persones
(Mínim de 3 persones per grup)

Planificació tècnica setmanal:

Cada dia es treballa una tècnica específica per garantir una evolució real del joc:

Preu: 80 € dues setmanes | 150 € quatre setmanes

Places limitades: 12 places per franja horària

Responsable intensiu adults tennis: Robert Palacín – tenisadults@ctnsc.org

És imprescindible fer la inscripció a través de l'app del Club

INTENSIUS ESPECÍFICS DE PÀDEL PER ADULTS

Dies:

Dilluns i dimecres o dimarts i dijous

Durada de les classes: 1 h 20'

- 18:00 – 19:20
- 19:30 – 20:50

Dates: Del 29 de juny al 24 de juliol (4 setmanes)

Grups: Reduïts de 3 o 4 persones
(*Mínim de 3 persones per grup*)

Planificació tècnica setmanal:

Cada dia es treballa una tècnica específica per garantir una evolució real del joc:

- Dilluns i dimecres
- Dimarts i dijous

Preu: 80 € dues setmanes | 150 € quatre setmanes

Places limitades: 16 places per franja horària

Responsable intensiu adults pàdel: Lluís Brunet – secciopadel@ctnsc.org

És imprescindible fer la inscripció a través de l'app del Club



DADES GENERALS



DADES GENERALS

SETMANES DE L'ESTIU

1a setmana	22, 23, 25 i 26 de juny (4 dies)
2a setmana	del 29 de juny al 3 de juliol
3a setmana	del 6 al 10 de juliol
4a setmana	del 13 al 17 de juliol
5a setmana	del 20 al 24 de juliol
6a setmana	del 27 al 31 de juliol

TORNS

Els intensius i el Summer Kids consten de tres torns:

Matí	Matí+Dinar	Tot el dia
------	------------	------------

HORARIS

Tots els pares i mares tenen l'opció d'acollida a partir de les 8.30 del matí (servei gratuït). Arribada i recollida habitual dels participants a la zona de bosc. En cas de pluja, l'arribada serà al teatre.

Horaris	Arribada	Recollida
Matí	de 8:30 a 9:00	de 13:30 a 13:45
Matí+Dinar	de 8:30 a 9:00	de 15:00 a 15:30
Tot el dia	de 8:30 a 9:00	de 17:00 a 17:30

La resta d'activitats tenen un horari propi que s'especifica en el seu apartat.

NORMATIVA

- Cada participant tindrà un punt de trobada i recollida, una zona marcada on cada dia serà rebut per un monitor/a i recollit pels pares. La zona escollida és el bosc de l'entrada o zona pícnic. El primer dia de campus s'especificarà quina és aquesta zona; quan arribeu al club, de seguida sereu atesos pels responsables i guiats fins al punt de trobada.
- La inscripció a les estades de no socis no dona drets de soci ni als inscrits ni als pares o acompanyants, és a dir, no es pot gaudir de les instal·lacions (frontó, tennis, piscines, sala de joc, terrassa, etc.) pel fet d'estar inscrit, a excepció del servei de bar-restaurant, que és obert als no socis, una vegada acaba l'activitat.
- Pel bon funcionament de les activitats, no és permès estar al mateix lloc on el vostre fill/a està fent una activitat concreta.
- Durant l'horari de les estades no es permet cap dispositiu mòbil. Aquests han d'estar en silenci o en mode avió.
- No es permetrà el joc amb consoles, MP3 o similars durant el transcurs de les estades.
- En cas que sigui necessari donar al nen/a un medicament, cal que ho comuniquem en el moment de la inscripció, de la mateixa manera que possibles al·lèrgies o altres observacions importants dels vostres fills/es. No es donarà cap medicament sense prèvia autorització escrita i degudament signada pel pare/mare o tutor.
- Es prega que en cas que vingui una altra persona a passar a buscar el nen/a ho comuniquem al responsable de grup per escrit a primera hora.
- Recordeu que les places són limitades.
- En cas d'observar la presència de polls al vostre fill/a, preguem que ho comuniquem com més aviat millor a l'organització.
- Es prega que els participants no portin objectes de valor a les estades. Tampoc és recomanable que disposin de diners.
- L'organització es reserva el dret a donar de baixa a qualsevol inscrit que de forma greu alteri la convivència o el manteniment de les instal·lacions.
- Un cop tancades les places no s'acceptarà cap canvi de dates ni retorn de diners.

MATERIAL NECESSARI

- Una bossa còmoda, tipus motxilla.
- Pantaló curt i samarreta, preferentment de colors clars. Tota la roba ha d'anar marcada amb el nom del nen/a. Evitar portar equipacions esportives.
- Calçat còmode (vambes), pels més petits preferiblement amb velcro.
- Banyador, casquet de bany i tovallola o barnús. Important també portar xanquetes.
- Raqueta de tennis adequada a l'edat. La raqueta de pàdel és obligatòria a partir dels 8 anys.
- Bossa de plàstic per la roba mullada.
- Un muda de recanvi pels més petits.
- Esmorzar (petit entrepà, fruita o suc).
- Crema protectora: els nens/es hauran de venir amb la crema solar posada de casa.
- Els alumnes que participin en els intensius hauran de portar la raqueta o pala adequada per la pràctica esportiva.

EL DINAR

Hi ha dos horaris de dinar: a les 13:00 i a les 14:00. En funció de l'edat, adaptarem l'horari als participants.

Les racions s'adaptaran a les característiques individuals del nen/a. En general, la beguda que se servirà serà aigua, a excepció d'algun dia concret que es podrà servir un refresc. Respecte al menú, busquem una mica de varietat, que mengin de tot, però procurant que siguin coses que els agradin.

Tindreu el menú setmanal a la vostra disposició.

Molt important que informeu de les al·lèrgies i intoleràncies dels vostres fills.

TENS DUBTES?

Contacta amb els responsables.

Marc Llonch - Responsable de les activitats d'estiu
marc.llonch@ctnsc.org

Jimmy Knuckey - Responsable de l'intensiu de tennis
escolatenis@ctnsc.org

Jordi Fuentes - Responsable de l'intensiu de pàdel
escolapadel@ctnsc.org

Informació general

T. 93 674 14 53 · @ repcio@ctnsc.org

TARIFES SOCIS

Summer Kids, Intensiu de tenis o pàdel

Preu per setmana	5 dies	4 dies*
Matí	132 €	106 €
Matí+Dinar	195 €	156 €
Tot el dia	232 €	186 €

* L'opció d'inscripció per a 4 dies és aplicable exclusivament a la setmana del 22 al 26 de juny. Per a la resta de setmanes, cal escollir l'opció de 5 dies.

Escola d'adults

Tenis o Pàdel	Tarifes
2 setmanes	80 €
4 setmanes	150 €

INSCRIPCIONS

Inscripcions obertes a l'app del Club.

PAGAMENT I CONDICIONS

El pagament es farà en dues parts:

- Un primer pagament del 50% es carregarà a la facturació del mes de juny.
- El segon 50% es facturarà al mes de juliol.

DESCOMPTES

- Descompte per germans: 10% a partir del tercer germà inscrit.
- Descompte per setmanes: 10% de descompte a partir de la quarta setmana, aplicable a totes les setmanes contractades inicialment.*

*No aplicable a setmanes addicionals, contractades a posteriori.

POLÍTICA DE DEVOLUCIONS PER LESIÓ O ACCIDENT

En cas de lesió o accident justificat amb certificat mèdic, es compensarà el període no gaudit. Si no és possible oferir compensació, s'aplicarà la següent política de devolució:

- Si la baixa es comunica amb dues setmanes d'antelació, es retornarà el 75% de l'import corresponent.
- Si es comunica amb una setmana d'antelació, es retornarà el 50%.
- Si es comunica durant la mateixa setmana prevista, es retornarà el 25% de l'import no gaudit.

TARIFES NO SOCIS

Summer Kids / Intensiu de tennis o pàdel

Preu per setmana	5 dies	4 dies*
Matí	218 €	174 €
Matí+Dinar	322 €	258 €
Tot el dia	383 €	306 €

* L'opció d'inscripció per a 4 dies és aplicable exclusivament a la setmana del 22 al 26 de juny. Per a la resta de setmanes, cal escollir l'opció de 5 dies.

INSCRIPCIONS

Preinscripcions obertes a la web del Club.

A partir del 27 d'abril obrirem inscripcions per a no socis amb places limitades. Per conèixer el procediment disposareu de tota la informació a la web del Club.

PAGAMENT I CONDICIONS

Es pagarà a través de la web el total de l'import de l'activitat en el moment de la confirmació de la plaça.

DESCOMPTES

- Descompte per germans: 10% a partir del tercer germà inscrit.
- Descompte per setmanes: 10% de descompte a partir de la quarta setmana, aplicable a totes les setmanes contractades inicialment.*

*No aplicable a setmanes addicionals, contractades a posteriori.

POLÍTICA DE DEVOLUCIONS PER LESIÓ O ACCIDENT

En cas de lesió o accident justificat amb certificat mèdic, es compensarà el període no gaudit. Si no és possible oferir compensació, s'aplicarà la següent política de devolució:

- Si la baixa es comunica amb dues setmanes d'antelació, es retornarà el 75% de l'import corresponent.
- Si es comunica amb una setmana d'antelació, es retornarà el 50%.
- Si es comunica durant la mateixa setmana prevista, es retornarà el 25% de l'import no gaudit.

