



# FLORENCE TENNIS SCHOOL - TENNIS ACADEMY



## PROGRAMMA MENSILE "TRAIN LIKE A PRO"

+ LINGUE

2009- 2010

**DESCRIZIONE:** Il Programma Train Like a PRO mensile è un programma di medio periodo (superiore a tre mesi) durante il quale si ha la possibilità di usufruire di tutti i servizi del Centro di Allenamento Agonistico della Florence Tennis School. Gli atleti dei gruppi del programma Train Like a PRO mensile avranno a loro disposizione oltre all'allenamento tecnico ed atletico un servizio logistico e di assistenza organizzativa, il servizio medico e di preparazione psicologica. Il programma, pensato per atleti che vogliono potenziare il proprio bagaglio tennistico, è personalizzato e altamente specializzato e si sviluppa attraverso metodi di insegnamento tecnici e tattici fra i più innovativi oggi esistenti. Gli allievi possono frequentare il Centro di Allenamento Agonistico della Florence Tennis School sia come residenti che come non residenti. Il contenuto fondamentale del Programma tecnico è lo stesso sia per gli uni che per gli altri.

**PERIODO:** MENSILE (PERIODO MINIMO TRE MESI) ( DAL 1 OTTOBRE 2009 AL 30 SETTEMBRE 2010)

### **PROGRAMMA MENSILE MEZZA GIORNATA:**

L'attività si svolgerà dal lunedì al venerdì (compresi) e prevede tre ore di attività giornaliera che comprende allenamento tecnico in campo e preparazione atletica.

E' possibile scegliere fra un'opzione mattina (9.00 - 12,30) ed una pomeriggio (14,30 - 19,30)

### **PROGRAMMA MENSILE INTENSIVO:**

- 3 ore di allenamento tecnico in campo al giorno (dal lunedì al venerdì)
- 2 ore di allenamento tecnico il sabato
- 2 ore di preparazione atletica al giorno (dal lunedì al venerdì)

secondo il seguente programma:

#### **Dal Lunedì al Venerdì:**

7.30 sveglia/colazione

Nella fascia oraria 8.30 - 12.30 Allenamento Tennis in campo e Preparazione atletica (\*)

13.00 - 13.30 Pranzo

14.30 - 15.30 Riposo

Nella fascia oraria 14,30 - 19,30 Allenamento Tennis in campo e Preparazione atletica(\*)

20.00 - 21.00 Cena

21.00 - 23.00 Riposo (\*\*)

23.00 Spegnerne luci (\*\*)

(\*) Ottimizzando gli eventuali impegni scolastici

(\*\*) Solo per i residenti

**Sabato:** Nella fascia oraria 8,30 - 12.30 Allenamento Tennis in campo

**Domenica e festivi:** Riposo e attività facoltative

**MODALITA' D'ISCRIZIONE:** L'iscrizione al Programma mensile "Train Like a Pro" INTENSIVO per un periodo non inferiore a tre mesi si formalizza attraverso la compilazione del modulo d'iscrizione, che dovrà essere firmato dall'allievo e dal genitore o esercente la patria potestà nel caso di minorenni. L'iscrizione dovrà essere effettuata con un anticipo non inferiore ad un mese e non sarà definitivamente accolta se non accompagnata dal primo pagamento secondo la forma prescelta nell'allegato "modalità di pagamento". Nel caso in cui, per qualsiasi circostanza, l'allievo dovesse annullare l'iscrizione prima della data di inizio del periodo scelto, la Florence Tennis School realizzerà una trattenuta del 25% dell'importo pagato, restituendo all'allievo il 75%. Una volta iniziato, se l'allievo dovesse abbandonare il programma senza averlo concluso, la Florence Tennis School non sarà obbligata a restituire alcuna somma. Quando le circostanze lo giustifichino si offrirà all'allievo la possibilità di tornare in altra occasione per recuperare il periodo perso. La formalizzazione dell'iscrizione presuppone l'accettazione integrale delle Condizioni Generali del Programma descritte nel presente documento e nell'apposita nota allegata al Modulo d'Iscrizione, così come l'accettazione del Regolamento Generale della Florence Tennis School. L'iscrizione al Programma mensile "Train Like a Pro" MEZZA GIORNATA che non preveda l'alloggio può essere effettuata con un anticipo non inferiore ad una settimana.



# FLORENCE TENNIS SCHOOL - TENNIS ACADEMY



## PROGRAMMA MENSILE "TRAIN LIKE A PRO"

+ LINGUE

2009- 2010

### PREZZI PER MESE:

- **PROGRAMMA MENSILE "TRAIN LIKE A PRO" MEZZA GIORNATA** € 600
- **PROGRAMMA MENSILE "TRAIN LIKE A PRO" INTENSIVO** € 1000
- **ALLOGGIO FORESTERIA** € 1000\*  
 Pernottamento presso la foresteria della FTS in camera doppia. Colazione, Pranzo e Cena presso il ristorante del Centro.  
 Compreso servizio navetta ogni mattina e sera per raggiungere la sede di allenamento.  
 \* per periodi di permanenza inferiori a tre mesi il prezzo mensile dell'Alloggio Foresteria sarà maggiorato di € 50
- **ALLOGGIO HOTEL** € 100 al giorno  
 Giorni in Hotel quattro stelle in camere doppie o triple. Colazione e Cena presso l'Hotel, Pranzo presso il ristorante del Centro.  
 Compreso servizio navetta ogni mattina e sera per raggiungere la sede di allenamento.  
 Per i minori di 14 anni è possibile alloggiare presso famiglie che possono offrire anche cena e colazione a prezzi da concordare, salvo verifica della disponibilità nel periodo richiesto.
- **PROGRAMMA DI LINGUE (per periodi di cinque mesi ed oltre) Prezzi variabili a seconda del programma prescelto**  
 Corso di lingua inglese - metodo diretto - sistema esclusivo full - immersion - insegnante madrelingua - garanzia di profitto  
 Particolare cura nell'apprendimento della pronuncia - possibilità di utilizzare il laboratorio linguistico multimediale - diploma finale

**MODALITA' DI PAGAMENTO:** Esistono tre modalità di pagamento con le seguenti rate, a scelta:

- **In una sola rata** all'atto dell'iscrizione (sconto del 5%)
- **In due rate:** 50% all'atto dell'iscrizione e il 50% al termine del primo mese di allenamento
- **In rate mensili** (con un incremento del 2% sul prezzo totale per periodi fino a sei mesi ed un incremento del 5% sul prezzo totale per periodi da sette mesi ed oltre). Il 25% dell'importo dovrà essere versato all'atto dell'iscrizione; l'importo restante diviso in rate mensili anticipate in numero corrispondente al numero dei mesi prescelti di allenamento.

In caso di rateizzazione la forma di pagamento, potrà realizzarsi esclusivamente tramite R.I.D. bancario.

### ASSISTENZA TECNICA e SPOSTAMENTO AI TORNEI

*(la quota giornaliera applicata per l'assistenza tecnica sarà variabile a seconda del numero di allievi interessati alla trasferta)*

Il Programma agonistico personalizzato di ogni allievo si sviluppa generalmente all'interno del gruppo del livello a cui appartiene, seguendo anche la sua evoluzione tecnica. Il Programma prevede la necessità di realizzare degli spostamenti per le competizioni. In questo caso la Florence Tennis School fornisce (su richiesta) un allenatore responsabile e l'allievo oltre alla quota prevista per l'assistenza tecnica deve farsi carico di tutte le spese che lo spostamento presuppone, sia delle proprie che di quelle dell'allenatore che l'accompagna per quello che riguarda trasporto e mantenimento (autostrada, benzina, trasporti (auto, treno, aereo), pranzo, cena, eventuale affitto per campi e palle d'allenamento, etc.). Prima di ogni torneo la segreteria sportiva realizza un preventivo approssimativo delle spese che l'allievo sosterrà durante il torneo. L'allievo deve pagare anticipatamente all'allenatore la quantità preventivata per poi effettuare la liquidazione definitiva a fine torneo. Nel caso in cui allo spostamento partecipino vari giocatori, le spese dell'allenatore vengono divise tra i giocatori in maniera proporzionale. L'assistenza tecnica deve essere richiesta con una settimana di anticipo per i tornei provinciali e regionali e con venti giorni di anticipo per quelli nazionali e internazionali.

**SERVIZI INCLUSI:** VITTO E ALLOGGIO - ALLENAMENTO TENNIS E ATLETICA - MATCH PLAY - SERVIZIO LOGISTICO (MINIBUS) - SEGRETERIA PER ASSISTENZA GIOCATORI - ACCESSO LIBERO AL CENTRO BENESSERE E PISCINA (DAL 1 GIUGNO AL 30 SETTEMBRE) - AULA E SALA RELAX

**SERVIZI IN CONVENZIONE:** CONVENZIONE MASSAGGI - SERVIZIO INCORDATURA RACCHETTE

**SERVIZI ESCLUSI:** TUTTO QUELLO NON ESPRESSAMENTE ELENcato ALLA VOCE "SERVIZI INCLUSI"

### COME RAGGIUNGERE IL CENTRO DI ALLENAMENTO DELLA FLORENCE TENNIS SCHOOL:

**Autostrada:** A1 uscita Firenze Sud (dopo il casello uscire per Bagno a Ripoli - Pontassieve. Al sesto semaforo girare a sinistra. Dopo 700 metri troverete il Centro)

**Treno:** Stazioni ferroviarie più vicine: Firenze SMN - Firenze Campo di Marte - Pontassieve

**Distanze dagli aeroporti:** 15 Km da Firenze Amerigo Vespucci, 80 Km da Pisa