

XX CAMPUS DE TECNIFICACIÓN JULIO / AGOSTO 2026

TODOS LOS NIVELES - A PARTIR DE 6 AÑOS

5

PROGRAMAS(*)

(*) Por meses, quincenas o semanas sueltas de **LUNES a VIERNES** salvo el **programa 5** (con RESIDENCIA) que es de **LUNES a DOMINGO**

CALENDARIO FECHAS

- 1^a SEMANA JUNIO/JULIO:** del 29 al 05
- 2^a SEMANA JULIO:** del 06 al 12
- 3^a SEMANA JULIO:** del 13 al 19
- 4^a SEMANA JULIO:** del 20 al 26
- 5^a SEMANA JULIO/AGOSTO:** del 27 al 02
- 6^a SEMANA AGOSTO:** del 03 al 08

XX CAMPUS DE TECNIFICACIÓN PROGRAMAS

Todos los programas se podrán realizar por semanas sueltas, quincenas o meses.
Grupos de máximo 4 alumnos x pista

PROGRAMA 1 (L – V)

TURNO 1

- 9:00h – 11:00h: Entrenamiento en pista
- 11:00h – 12:00h: Preparación física

TURNO 2

- 10:00h – 11:00h: Preparación física
- 11:00h – 13:00h: Entrenamiento en pista

DEPENDIENDO DEL NIVEL DE TENIS, LOS ALUMNOS SERÁN ASIGNADOS A UN TURNO

PROGRAMA 2 (L – V)

- 9:00h – 11:00h: Entrenamiento en pista
- 11:00h – 12:00h: Preparación física
- 12:00h – 13:30h: Entrenamiento mental de tenis

PROGRAMA 3 (L – V)

- 9:00h – 11:00h: Entrenamiento en pista
- 11:00h – 12:00h: Preparación física
- 12:00h – 13:30h: Entrenamiento mental de tenis
- 13:30h – 14:45: Comida en cafetería UE

PROGRAMA 4 (L – V)

- 9:00h – 11:00h: Entrenamiento en pista
- 11:00h – 12:00h: Preparación física
- 12:00h – 13:30h: Entrenamiento mental de tenis
- 13:30h – 14:45: Comida en cafetería UE

14:45h: A partir de esta hora se realizarán acompañamientos a torneos federados (con calentamiento y asesoramiento antes, durante y después de cada partido).

Los días que no haya torneo habrá entrenamiento en pista de 16:00h a 17:30h.

Todos los programas incluyen reconocimiento médico en SPORTS HEALTH AND PERFORMANCE EXCELLENCE UNIVERSIDAD EUROPEA

PROGRAMA 5 (L – D) CON RESIDENCIA

- 9:00h – 11:00h: Entrenamiento en pista
- 11:00h – 12:00h: Preparación física
- 12:00h – 13:30h: Entrenamiento mental de tenis
- 13:30h – 14:45: Comida en cafetería UE

14:45h: A partir de esta hora se realizarán acompañamientos a torneos federados (con calentamiento y asesoramiento antes, durante y después de cada partido).

Los días que no haya torneo habrá entrenamiento en pista de 16:00h a 17:30h.

17:30h: A partir de esta hora o después de la participación en torneos, habrá piscina y descanso en la residencia.

21:00h: Cena

SÁBADOS: Entrenamiento de tenis por la mañana y acompañamiento a torneos.

DOMINGO: Acompañamiento a torneos o día libre con actividades.