

## ТЕННИСНАЯ ПРОГРАММА

Теннисный клуб Хасково организует теннисную программу, которая будет проходить в Болгарии г. Хасково, на базе клуба парка Кенана. На отлично оборудованном теннисном комплексе и прекрасной атмосферой, амбициозные молодые спортсмены и их семьи проведут незабываемые моменты и получат подготовку на высоко-профессиональном уровне. С помощью квалифицированных тренеров, желающие участвовать в теннисной программе, достигнут своего следующего уровня развития и заработают прочную основу для своей будущей спортивной карьеры.

Если вы хотите улучшить свои теннисные навыки и учиться на лучших уроках, присоединяйтесь к теннисной программе, организованной нами!

## ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ ТЕННИСУ

### Понедельник - Пятница

8:45 - 9:00 - Разогрев

9:00 - 11:00 - Теннис тренировка

11:00 – 11:30 - Отдых, фрукты

11:30 - 13:00 – Фитнес / TFP

13:00 - 15:30 - Обед и отдых

15:30 - 17:00 - Теннис тренировка

### Субботняя

Практика матчей

### Воскресенье

Отдых

### \* За дополнительную плату можем предоставить:

- Массаж;
- Дополнительные индивидуальные тренировки;
- Учитель - для детей, не сопровождаемых родителями;
- Посещение уроков английского языка;
- Предоставление жилья и развлечений для родителей - СПА-процедуры, плавательный бассейн, обзорные экскурсии, экскурсии.

Программа рассчитана на круглый год.

По запросу участие в программе, проверяется физическая и теннисная подготовка спортсмена. Дневной график программы является индивидуальным и подлежит корректировке. Программа подробно составляется после тестирования ребенка в зависимости от возраста, физической и технической подготовки.