



RAFA NADAL
ACADEMY

EASTER TENNIS CAMP ADULT

29 MARZO - 19 ABRIL

-20%
en tus vuelos a Mallorca!

 AirEuropa



RAFA NADAL ACADEMY · MALLORCA

PARA MAYORES DE 18 AÑOS



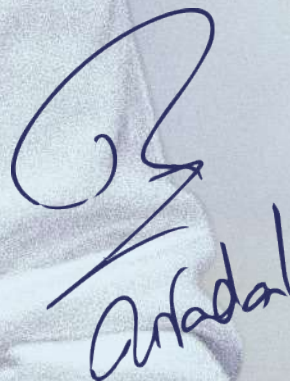
MI ÚNICA MANERA DE ENTENDER EL TENIS

POR RAFA NADAL

Empecé a jugar al tenis cuando era niño en Manacor, en la isla de Mallorca. Desde entonces, el tenis ha sido mucho más que un deporte para mí. Ha sido una escuela de vida. Después de muchos años compitiendo por todo el mundo, he comprendido que el verdadero valor del éxito no se encuentra únicamente en los trofeos o los títulos, sino en la disciplina, la humildad y el respeto que me han acompañado a lo largo de toda mi carrera.

Uno de mis mayores propósitos es compartir estos valores con las nuevas generaciones. A través de la Rafa Nadal Academy, trabajamos cada día para educar a jóvenes deportistas no solo para que sean mejores jugadores, sino mejores personas. Les enseñamos a valorar el esfuerzo, a entender el trabajo en equipo incluso en un deporte individual, y a mantener el respeto — hacia sí mismos, hacia sus rivales y hacia el juego.

Se trata de un proyecto internacional que reúne a estudiantes de todo el mundo, uniendo educación y deporte como dos pilares del desarrollo personal. Creemos que el alto rendimiento es compatible con la humanidad, que la competición puede ir de la mano de la amabilidad, y que cada sesión de entrenamiento es también una lección de vida.



RAFA NADAL
ACADEMY

QUÉ INCLUYE

ENTRENAMIENTO Y ACTIVIDADES LÚDICAS

12^h

**ENTRENAMIENTO
DE TENIS TÉCNICO**

Ratio jugador 1/4

4,5^h

**PREPARACIÓN
FÍSICA**

Previo a la sesión de tenis

4

**ACTIVIDADES
OFF-COURT**

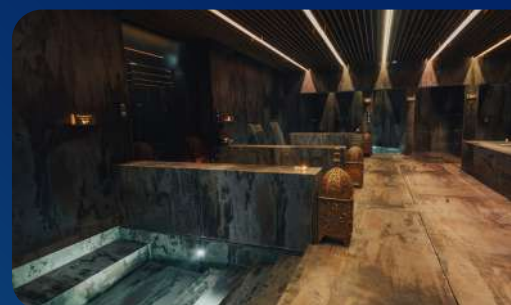
- 7 noches de alojamiento en la Rafa Nadal Residence.*
- BBQ & Live Music el viernes**
- Ceremonia clausura: Degustación productos locales & Diplomas
- Entrada al Rafa Nadal Museum*.
- Libre uso del Fitness Center con más de 200 actividades dirigidas a la semana*.
- Uso libre de piscina, SPA, sauna y baños turcos*.
- Pack de bienvenida

AÑADE COMPETICIÓN A TU PROGRAMA RESERVANDO LA **VERSIÓN PLUS:**

- 8 horas semanales de entrenamiento de competición de tenis. Ratio pista/jugador 1:4.
- 1 valoración funcional con un fisioterapeuta de la Rafa Nadal Academy.

*Sólo incluido en la opción con alojamiento.

**Incluido para el/la acompañante del jugador/a.



¿QUIERES MEJORAR TU TENIS Y VIVIR UNA EXPERIENCIA ÚNICA?

¡Ahora ya puedes reservar tu plaza en el primer Easter Tennis Camp Adult de la Rafa Nadal Academy! Este completo Camp para jugadores adultos se llevarán a cabo las semanas del 29 de marzo al 19 de abril. Los jugadores podrán reservar una, dos o las semanas que quieran de programa.

Esta experiencia incluye entrenamiento de tenis técnico y táctico, preparación física, competición, actividades off court como charla de nutrición o psicología deportiva y divertidas actividades sociales en grupo.



El Adult Plus añade un enfoque competitivo al Easter Tennis Camp Adult, incorporando entrenamiento avanzado y valoración física profesional.

El programa mejora la técnica, la condición física y las habilidades en pista siguiendo el sistema de entrenamiento de la **Rafa Nadal Academy**, en el entorno privilegiado de Mallorca.

Es también una opción ideal para familias que quieran combinar deporte y vacaciones, con programas infantiles disponibles para jóvenes de 8 a 18 años y una versión Kids adaptada para niños de 6 a 10 años.

HORARIO

PROGRAMACIÓN SEMANAL

	DOM	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SAB	DOM
7:30		DESAYUNO*						
9:30 - 10:30		PREPARACIÓN FÍSICA						SALIDAS
10:30 - 12:30		TENIS						
13:00		ACTIVIDADES "OFF COURT"				BBQ +MÚSICA EN DIRECTO	CLAUSURA PROGRAMA Y CATA PRODUCTO LOCAL	
14:00 - 15:30		COMIDA*						
15:30 - 17:30	LLEGADAS	ENTRENAMIENTO COMPETICIÓN DE TENIS SOLO PLUS*						
18:00 - 19:30		TIEMPO LIBRE						
19:30		CENA*						

*El horario puede estar sujeto a cambios dependiendo del número de participantes y del grupo asignado.

*Las comidas variarán en función del alojamiento y del tipo de pensión escogida.



Solo en la opción PLUS

INSTALACIONES

45 PISTAS DE TENIS

23 SUPERFICIE RÁPIDA

(19 OUTDOOR Y 4 INDOOR)

22 TIERRA BATIDA

(15 OUTDOOR Y 7 SEMI CUBIERTAS)



19 PISTAS DE PÁDEL

6 PISTAS OUTDOOR

3 PISTAS PANORÁMICAS OUTDOOR

3 PISTAS PANORÁMICAS INDOOR

7 PISTAS INDOOR

OTRAS INSTALACIONES

- Residencia tutelada
- Centro de Fitness
- Piscina interior y exterior de 25m
- 1 campo de fútbol 7
- Clínica del Deporte by Quiron Salud
- Restaurante y Sala de jugadores
- Pistas de voley playa, squash, padbol y multideporte



RAFA NADAL
ACADEMY

www.rafanadalacademy.com
sales@rafanadalacademy.com | t. (+34) 971 845 022

**INSPIRING
PEOPLE
TO ACHIEVE
THEIR
OWN IDEAL**

EASTER
TENNIS CAMP
ADULT

www.rafanadalacademy.com
sales@rafanadalacademy.com
t. (+34) 971 845 022

