



# AUTUMN TENNIS CAMP **ADULT**

11 DE OCTUBRE - 1 DE NOVIEMBRE 2026



**MALLORCA**  
RAFA NADAL ACADEMY

**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.



# QUÉ INCLUYE

## ENTRENAMIENTO Y ACTIVIDADES LÚDICAS

**12h**

ENTRENAMIENTO  
DE TENIS TÉCNICO

**4,5h**

PREPARACIÓN  
FÍSICA

**4h**

ACTIVIDADES  
OFF COURT

- 7 noches de alojamiento en Rafa Nadal Residence. \*
- Entrega de diplomas y degustación de productos locales.\*\*
- BBQ y tarde de música en directo.\*\*
- Entrada al Rafa Nadal Museum.\*
- Libre uso del Fitness Centre con más de 200 actividades dirigidas a la semana. \*  
(Excluido el CrossFit y Yoga & Pilates Studio)
- Libre acceso a la piscina interior de 25 m y al Spa con circuito hidrotermal, sauna y baño turco.\*
- Paquete de bienvenida.

\* Sólo incluido en la opción con alojamiento.

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

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.



# ¿QUIERES MEJORAR TU TENIS Y VIVIR UNA EXPERIENCIA ÚNICA?

¡Ahora ya puedes reservar tu plaza en el Autumn Tennis Camp Adult de la Rafa Nadal Academy! Este completo Camp para jugadores adultos se llevará a cabo del 11 de octubre al 1 de noviembre del 2026. 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 Autumn 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
7:00		DESAYUNO						
8:30 - 10:30		TENIS*						SALIDAS
11:00 - 12:00		PREPARACIÓN FÍSICA						
13:00	LLEGADAS	TIEMPO LIBRE					CLAUSURA PROGRAMA Y CATA DE PRODUCTO LOCAL	
13:15 - 14:30		ACTIVIDADES "OFF COURT"						
14:30 - 15:30		COMIDA						
15:30		ENTRENAMIENTO COMPETICIÓN DE TENIS SOLO PLUS*						
17:00		TIEMPO LIBRE					TIEMPO LIBRE	
18:00		TIEMPO LIBRE						
19:00		TIEMPO LIBRE				BBQ		
20:00		TIEMPO LIBRE					MÚSICA EN DIRECTO	CENA
21:00	CENA							

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

 Solo en la opción PLUS

# INSTALACIONES

## 44 PISTAS DE TENIS

### 22 SUPERFICIE RÁPIDA

(19 OUTDOOR Y 3 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

- Rafa Nadal Residence
- Centro de Fitness
- Piscina interior y exterior de 25m
- 1 campo de fútbol 7
- Clínica del Deporte by Quiron Salud
- Restaurantes, Rafa Nadal Shop, ¡Y mucho más!
- Pistas de voley playa, squash, padbol y multideporte

**INSPIRING  
PEOPLE  
TO ACHIEVE  
THEIR  
OWN IDEAL**

**AUTUMN**  
TENNIS  
CAMP **ADULT**

[www.rafanadalacademy.com](http://www.rafanadalacademy.com)  
[sales@rafanadalacademy.com](mailto:sales@rafanadalacademy.com)  
t. (+34) 971 845 022

 **RAFA NADAL**  
ACADEMY