



APPUNTAMENTI DA NON PERDERE:

- **Dal 5 al 9 settembre 2022** settimana gratuita per tutti i bambini che vogliono iniziare a giocare a tennis e per coloro che già giocano.

- **Sabato 24 settembre 2022** Torneo di Bentornati: h. 15:00 "inizio torneo", a seguire premiazioni.

Per chi si iscrive alla scuola nella settimana dal 5 al 12 settembre "versando un acconto di almeno € 400": sconto sul listino + una maglia Ronchiverdi **omaggio** che verrà consegnata successivamente.

SETTORE FORMAZIONE data di inizio corsi: lun. 12 settembre 2022 – data di fine corsi: ven. 16 giugno 2023

- Formazione 1: avviamento e minitennis (da 1 a 2 volte settimanali), uso di palle e racchette adatte oltre che di mini campi di dimensioni fissate dalla FIT.
- Formazione 2: sviluppo della tecnica e della tattica di base (da 1 a 3 volte settimanali).
- Formazione 3: introduzione di angolazioni, rotazioni e colpi speciali (da 2 a 3 volte settimanali).
- Formazione 4: perfezionamento (da 2 a 5 volte settimanali).
- Next Gen: preagonismo (da 3 a 5 volte settimanali), su convocazione a cura dello Staff.

STAFF FORMAZIONE:

- Stefano Bertone, maestro nazionale FIT responsabile settore - Tel. +39 335320334
s.bertone@ronchiverdi.it
- Andrea Durando, maestro nazionale FIT
- Fabio Cagna Vallino, istruttore 1° grado FIT
- Lorenzo Pirocca, istruttore 1° grado FIT
- Rachele Peretti, preparatore atletico 1° grado FIT

SETTORE COMPETIZIONE data di inizio allenamenti: lun. 5 settembre 2022 – data di fine corsi: ven. 30 giugno 2023

- Competizione: per atleti evoluti - "da 3 a 7 volte settimanali", analisi tecnica dei colpi e analisi delle situazioni di gioco attraverso la video analisi.



STAFF COMPETIZIONE:

- Andrea Dario, maestro nazionale FIT responsabile settore - Tel. 3357032403
- Laurent Bondaz, maestro nazionale FIT responsabile settore - Tel. 338 5060957
- Andrea Durando, maestro nazionale FIT
- Dott. Andrea Lemma, preparatore atletico 2° grado FIT

Vi ricordiamo inoltre che a seguito del Decreto del 12 Settembre 2012 e dei successivi adeguamenti normativi, è obbligatorio sottoporsi a **visita medica per il rilascio dell'idoneità sportiva** sia per le attività amatoriali che per quelle agonistiche.

Grazie alla partnership con Genesi sono attive condizioni agevolate che prevedono:

- VISITA NON AGONISTICA (presso Ronchiverdi) al costo di € 50.
- VISITA AGONISTICA (presso C.M.S. Genesi: Via Domodossola, 10 San Mauro Torinese) al costo di € 55.

La visita medico sportiva ha un impatto fondamentale nella prevenzione e insorgenza di patologie in particolare cardio-circolatorie e metaboliche, per questo è possibile abbinare ad entrambe le visite il pacchetto "prevenzione" al prezzo di € 210 anziché € 260 che comprende:

- Ecocardiogramma color-doppler per monitorare la corretta anatomia e funzionalità cardiaca;
- Check-up ematochimico;
- Consulenza nutrizionistica per migliorare l'alimentazione e prevenire / trattare molte malattie croniche come l'obesità e il sovrappeso, l'ipertensione arteriosa, le malattie dell'apparato cardiocircolatorio e le malattie metaboliche.

Quest'anno, grazie alla **partnership con il centro dentistico e poliambulatorio Genesi**, verrà rilasciato un **buono del valore di € 40** utilizzabile per una seduta di Igiene Orale Professionale e visita Odontoiatrica completa adatta a bambini ed adolescenti.

Per prenotare la visita agonistica, il pacchetto preventivo o la visita Odontoiatrica e l'Igiene orale professionale contattare: 011 8222555.

Per prenotare la visita non agonistica rivolgersi alla reception di Ronchiverdi.



Vi Aspettiamo!

Stefano Bertone
Area Tennis
s.bertone@ronchiverd.it
Tel. 335 320334