

## DOSIER DEL CAMPUS

### CALENDARIO



#### FECHAS

DEL 29 DE JUNIO  
AL 28 DE AGOSTO



#### HORARIO

TURNO MAÑANA DE 9 A 13:30H  
COMIDA DE 13:30 A 15H  
TURNO TARDE DE 15 A 17:30H

JUNIO / JULIO	
1ª SEMANA	29 junio al 3 de julio
2ª SEMANA	6 julio al 10 de julio
3ª SEMANA	13 julio al 17 de julio
4ª SEMANA	20 julio al 24 de julio
5ª SEMANA	27 julio al 31 de julio

AGOSTO	
6ª SEMANA	4 al 8 de agosto
7ª SEMANA	10 al 13 de agosto
8ª SEMANA	18 al 22 de agosto
9ª SEMANA	25 al 29 de agosto

HORARIO AGOSTO DE 9 A 13:30H



### STAFF TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO

**DIRECCIÓN CLUB:** JOAQUIM GARCÍA. [direccion@tenisgimeno.com](mailto:direccion@tenisgimeno.com)

**ADMINISTRACIÓN:** NURIA SANDALINAS. [administracion@tenisgimeno.com](mailto:administracion@tenisgimeno.com)

**SECRETARIA DEPORTIVA:** JESSICA CERRILLO. [deportiva@tenisgimeno.com](mailto:deportiva@tenisgimeno.com)

**DIRECCIÓN CAMPUS:** JUAN CARLOS BAÑOS. [tenis@tenisgimeno.com](mailto:tenis@tenisgimeno.com),

**PREPARACIÓN FÍSICA:** SERGI ALBEROLA, ALEXIS CARRASCO

**TÉCNICOS:** DANIEL MERINO, CRISTIAN SALVADOR, SOULEY SANGARE, ANTONIO CAPELLA, ALEX CAPARROS, PAU GOMEZ, MARINA BATALLA, KATHERYNA CIURANA, DANIEL GARCIA, MARTINIANO GANEM, LAIA CHARLES, VANESSA PINTO, DAVID EGEA, DANIEL LATORRE.

# CAMPUS DE TENIS

1. El Campus de Tenis se divide en dos secciones Campus Competición y precompetición (SUB-18 /SUB 14) y Perfeccionamiento (MINITENIS/INICIACION). La dirección técnica deberá validar la inscripción del alumno cerciorándose que cumple los requisitos para poder formar parte del grupo.
2. El inicio de actividades dará comienzo a las 9 horas. Desde las 8:30 horas tendrán a su disposición servicio de acogida gratuito. La salida será a las 13:30 horas en horario de mañana, a las 15 horas en horario de medio día (incluyendo comida) y a las 18 horas en horario de tarde.
3. El horario para el desayuno será a las 11 horas hasta las 11,30, y se deberá traer desde casa. Recomendamos que se evite la bollería y productos industriales.

Para el desayuno, los alumnos mayores de 14 años podrán acceder al bar con el consentimiento del monitor de guardia y volver con el resto de compañeros .

4. El horario de comidas será de 13:45 a 15 horas. La comida ya está incluida en el precio del Campus. El ticket diario, en el caso que sea esporádico, tiene un coste de 13€. No se admitirán peticiones para comida diaria después de las 11 horas del mismo día. A los alumnos que tengan que desplazarse desde el club para alguna competición se les facilitará la comida mediante un picnic.

5. En la contratación del Campus de todo el día será obligatorio comer en el club dentro del horario y estructura ofrecido.

6. La merienda será a las 16:45 h y correrá a cargo del club.

7. Aquellos alumnos que no estén en posesión de la Licencia Federativa de tenis abonarán 10€ semanales en concepto de seguro de accidentes obligatorio, según decreto 137/2003 de Regulación de las actividades de ocio. Seguro contratado con correduría COSTA-SERRA S.L.

8. En las tarifas del Campus no está incluida la cuota de gestión/inscripción a torneos que será de 30€ por semana, independientemente de la cantidad de partidos que se jueguen. En los campus de competición sub 14 y sub 18 el entrenador junto con el equipo técnico, bajo su criterio, contactaran con los alumnos para apuntarlos a los torneos.

9. Los alumnos del Campus de Competición disputarán el Circuito de Verano de la FCT, Campeonatos de Catalunya, Campeonatos de España o Torneos Absolutos siguiendo siempre el criterio técnico. Las excepciones serán consensuadas por los técnicos para configurar el mejor calendario para el alumno. Los alumnos del grupo de Perfeccionamiento que quieran competir y deseen asesoramiento pueden solicitarlo a la Dirección de la Escuela. La gestión de la inscripción será

realizada por el club pero no podrán acogerse al servicio de acompañamiento/seguimiento al torneo.

10. La entrada se hará desde el centro de “Sangha Yoga”, situado frente el Hotel Canal Olímpic. La salida se realizará desde el mismo lugar. Pasados cinco minutos se cerrarán las puertas y el acceso al campus deberá realizarse por la recepción del club. En ese caso los tutores deberán entregar al alumno directamente al entrenador que le corresponda.

En caso de retraso en la recogida del alumno, los profesores esperarán en la puerta de salida 5 minutos. Una vez transcurrido ese tiempo el alumno estará custodiado por los profesores de la siguiente manera.

13:35 esperando en el comedor con monitor.

15:05 esperando en el banco de las pistas de entrenamiento.

18:05 esperando en las butacas frente recepción, sin vigilancia personalizada.

11. La Dirección se reserva el derecho de cambiar las actividades por inclemencias climatológicas.

12. Cualquier cuestión administrativa se resolverá en el club de lunes a viernes de 9 a 14 horas.

13. Antes del inicio del Campus se deberá abonar la totalidad del importe del mismo.

14. No se podrá acceder al edificio sin estar acompañado o con permiso de un monitor, incluido gimnasio, bar-restaurante o vestuario. Esta prohibición incluye el desayuno.

15. Hay que traer cada día la bolsa de deporte que incluya bebida (agua o bebida isotónica), muda de ropa limpia, gorra, crema solar (puesta desde casa), raqueta, bañador, toalla y chanclas para la piscina. Se recomienda el uso de ropa cómoda de colores claros. Los alumnos podrán ducharse en las instalaciones del club. Para ello deberán traer toalla, chanclas y neceser de baño.

16. Recomendamos tener marcado con el nombre todo el material para facilitar su búsqueda en caso de extravío. Recomendamos no traer dinero ni objetos electrónicos o de valor no necesario para el campus ( móviles... ). En todo caso el Club no se hace cargo de su pérdida o sustracción.

17. A todos los alumnos se les entregará una camiseta oficial del Campus.

HORARIO	MINITENIS, INICIACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO	COMPETICIÓN Y PRECOMPETICIÓN SUB-14 Y SUB-18
8:30 - 9:00	Servicio de acogida (gratuito)	Servicio de acogida (gratuito)
9:00 - 10:00	Sesión de tenis en pista	Preparación Física específica
10:00 - 11:00	Sesión de tenis en pista	Piscina
11:00 - 11:30	Desayuno	Desayuno
11:30 - 12:30	Preparación Física específica	Sesión de tenis en pista
12:30 - 13:30	Piscina	Sesión de tenis en pista
13:30	Salida Turno Mañana	Salida Turno Mañana
13:45 - 14:45	Comida	Comida
14:45 - 15:00	Descanso	Descanso
15:00	Salida Turno Mediodía	Salida Turno Mediodía
15:00 - 16:45	Sesión de tenis en pista	Sesión de tenis en pista
16:45 - 17:00	Merienda	Merienda
17:00 - 17:20	Piscina	Piscina
17:20 - 17:30	Cambio ropa y Salida	Cambio ropa y Salida

*\*Nota: El horario de actividades puede variar por cuestiones climáticas, para adecuarse a las competiciones del Circuito de cada semana, o por decisión técnica para cuadrar mejor los grupos por nivel y edad.*

1. El club designará un capitán y se encargará de apuntar a los alumnos y acompañarlos a los Torneos, la selección será a criterio técnico.

Para garantizar la participación, tenemos unas plazas reservadas de antemano en los diferentes torneos que forman parte del circuito de competiciones que se disputarán.

2. El Club pone a disposición de todos los inscritos un entrenador de tenis que realizará todas las gestiones administrativas de inscripción y coordinación de partidos. Asimismo, acompañará a los jugadores en el momento de la competición.

3. Los padres y/o tutores deberán firmar la autorización para los desplazamientos disponible en el formulario de inscripción al Campus.

4. Para participar en los torneos de la FCT será necesario disponer de Licencia Federativa oficial.

5. El Club realizará la inscripción al torneo una semana antes de la disputa del mismo. Por tanto, a los alumnos inscritos con posterioridad no se les garantiza la participación.

Los horarios de los partidos se suelen publicar el día antes de la disputa del mismo. En ese momento se procederá a informar al alumno.

6. El importe de los torneos puede variar entre los 15 y los 30€ y será abonado por el alumno. En el momento de realizarse la inscripción, ya no puede devolverse el importe, incluso en casos de enfermedad o lesión, ya que el reglamento de los torneos lo contempla así.

7. Durante la disputa de las competiciones será obligatorio vestir con ropa oficial del Club.

8. En el caso que coincida el horario de partido con el horario de comida, el restaurante del club preparará un picnic.

9. Recomendamos a todos los padres de alumnos que se hayan inscrito por primera vez al Campus de tenis de Competición que mantengan una entrevista con el Director, Juan Carlos Baños, para ampliar esta información.

10. Se elegirá como oficial un torneo por categoría, además de los Campeonatos de Cataluña los Campeonatos de España.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
29-3 JULIO	Arroz tres delicias "maíz, zanahoria y tortilla" Merluza al horno con ajo y perejil ensalada variada fruta	Lentejas estofadas con verduras Huevos con bechamel ensalada variada fruta	Guisantes con Botifarra patata Morcilla mixta al horno fruta	Espaguetis al pesto Pollo a la plancha "lechuga, tomate y olivas" fruta	Ensalada campera: "patata, tomate, pimiento, cebolla y atún" Anillas de calamar con salseta yogur natural
6-10 JULIO	Garbanzos estofados Atún con cebolla ensalada variada fruta	Gaspatxo Albóndigas de ternera a la jardinera fruta	Macarrones carbonara Delicias de merluza rebozadas "lechuga, tomate y pepino" fruta	Arroz con verduras Pollo al fungi "lechuga, zanahoria y maíz" fruta	Vichissoise "crema de puerro tibia" Tortilla con queso "lechuga, zanahoria y olivas" Helado
13-17 JULIO	Alubias blancas salteada con ajo y perejil Buñuelos de bacalao "lechuga, tomate y maíz" fruta	Espaguetis boloñesa Tortilla de calabacín ensalada variada fruta	Paella Salchichas de pavo con cebolla y pimiento fruta	Judía perona, coliflor y patata Perniells de pollo al horno con salsa de limón fruta	Ensalada campera Salmón al horno con verduras yogur de fresa
20-24 JULIO	Guisantes con patata Pintxitos de pavo asados fruta	Ensalada de pasta Hamburguesa de merluza "lechuga, charles, pepino" fruta	Fideua Pollo a la plancha con salseta de verduras ensalada variada fruta	Crema de puerro y manzana Bacalao a la lata fruta	Ensalada de judía blanca Tortilla con jamón dulce "lechuga, zanahoria y olivas" helado
27-31 JULIO	Macarrones boloñesa con picadura vegetal "Heura" Nuggets de verduras ensalada variada fruta	Ensalada alemana Anillas de calamar con salseta fruta	Crema de calabacín Pizza margarita "lechuga, mesclun, tomate y olivas" fruta	Arroz tres delicias Salchichas mixtas con cebolla al horno fruta	Croquetas de jamón Fingers de pollo, patatas fritas, ketchup, refresco helado

**Pan integral todos los días de la semana.**

### Alergias e intolerancias

**Alergias el huevo:** la tortilla se sustituirá por tortilla de harina de maíz, leche y patatas o harina de garbanzos.

**Intolerancia a la lactosa:** se hará este mismo menú adaptado sin lactosa.

**Celiacía:** se hará este mismo menú adaptado sin gluten.

**Alergia al pescado:** se sustituirá por pollo.

**Alergia al marisco:** se hará este mismo menú adaptado sin marisco.

**Alergia a las legumbres:** se sustituirá por patatas.

**Alergia a la proteína de la vaca:** Se hará este mismo menú adaptado sin PLV.

**Menús no cerdo:** se sustituirá por pollo.

El aceite que se utiliza para cocinar es de girasol alto oleico y aceite de oliva virgen.

En la programación de menús no carne los primeros platos se adaptarán a los segundos se sustituirá la carne por huevo o pescado blanco o azul.

**Nuestros proveedores están certificados en carnes Halal.**

### Salsas y Sofritos

**Ensalada campera:** patatas, olivas verdes, tomate, atún, aceite de oliva, vinagre y sal.

**Ensalada variada:** lechuga, tomate, maíz, zanahoria rayada, olivas y aceite de oliva.

**Sofrito de verdura:** pimiento rojo, tomate, cebolla, sal y aceite de oliva.

**Salsa de tomate:** tomate, cebolla, zanahoria, ajo, sal y aceite de oliva.

**Salsea carbonara:** sal, aceite de oliva, leche, champiñones, bacó y harina.

**Salsa boloñesa:** tomate, carne de ternera, cebolla, aceite, sal y hierbas provenzales.

**Salsea pesto:** albahaca, sal, orégano, pimienta blanca, aceite de oliva virgen y patata.

**Salsa verde:** caldo de pescado, cebolla, ajos, aceite de girasol, guisantes, perejil y sal.

**Salsa de carne:** bresa de verduras (cebolla, puerro, zanahoria, tomate), agua, almídon y sal.

**Salsa de setas:** aceite de girasol, sal, pimienta negra, cebolla, leche, harina, champiñones, setas y llenegues.

**Salsea jardinera:** judía verde, zanahoria, patata, guisantes, aceite de girasol, agua, tomate, especias y sal.

**Salsa mediterránea:** tomate, pimiento rojo, cebolla y aceite de oliva.