

DOSIER DEL CAMPUS

CALENDARIO



FECHAS
DEL 29 DE JUNIO
AL 31 DE JULIO



HORARIO
TURNO MAÑANA DE 9 A 13:00H
COMIDA DE 13:00 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 julio
5ª SEMANA	27 julio al 31 julio

INICIACIÓN • PERFECCIONAMIENTO • COMPETICIÓN

6-18
AÑOS

ACOGIDA
GRATUITA!

Avinguda Castelldefels, 58-62 (C-31 km. 17,5)
08860 Castelldefels, Barcelona
www.tenisgimeno.com

CAMPUS DE PADEL

NORMATIVA GENERAL

1. El Campus de Padel : Se dividirán los grupos en función de las edades y niveles por los que tendremos Niños de competición, perfeccionamiento iniciación y mini padel.

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 13:00 horas en horario de mañana, a las 15 horas en horario de medio día (incluyendo comida) y a las 17.30 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 . Los alumnos mayores de 16 años podrán estar en el recinto del bar durante el desayuno.

4. El horario de comidas será de 13:00 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 será obligatorio comer en el club dentro del horario y estructura ofrecido.

6. La merienda será a las 17:00 y correrá a cargo del club.

7. Aquellos alumnos que no estén en posesión de la Licencia Federativa de padel 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. Para un mejor control de los alumnos, la entrada en las instalaciones se realizará desde la PUERTA NEGRA, situada al lado de la entrada al club, accesible desde el parking. 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. 13:00 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.

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

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

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

12. 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.

13. 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), pala, 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.

14. 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.

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

HORARIO ROTATIVO SEGÚN GRUPO

HORARIO	ACTIVIDADES
8:30 - 9:00	Servicio de acogida (gratuito)
9:00 - 11:00	Sesión en pista
11:00 - 11:30	Desayuno
11:30 - 12:15	Preparación Física específica
12:15 - 13:00	Piscina
13:00	Salida Turno Mañana
13:00 - 14:00	Comida
14:00 - 15:00	Descanso
15:00	Salida Turno Mediodía
15:00 - 16:30	Sesión en pista
16:30 - 17:00	Piscina
17:00 - 17:15	Merienda
17:15 - 17:30	Cambio ropa y Salida

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



STAFF TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO

GERENCIA: JOAQUIM GARCÍA. gerencia@tenisgimeno.com

ADMINISTRACIÓN: NURIA SANDALINAS. administracion@tenisgimeno.com

SECRETARIA DEPORTIVA: JESSICA CERRILLO. deportiva@tenisgimeno.com

DIRECCIÓN CAMPUS: NOÉ MARTINEZ padel@tenisgimeno.com

TÉCNICOS: ALBERT BECERRA, SAEL MARTINEZ, JORGE MARÍN, XAVI DE LA FUENTE Y POL ESPINAL.

MENÚ

M^aCARMEN ÁVILA

DIETISTA-NUTRICIONISTA | COL-LEGIADA NÚM. CAT001011

	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 salsa seta 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 Perniletos 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 salsa 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 salsa seta 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 al 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.

Celiaquía: 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, almidón 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.