



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



COMPETICIÓN ADULTOS



“SÍ CREES QUE NO PUEDES MEJORAR, NO SABES NADA DE LA VIDA”: RAFA NADAL

“EL ÉXITO NO ES LA VICTORIA, SINO TODO LO QUE HAS PELEADO POR GANAR”

- Desde 2014, trabajamos en un sistema único enfocado en la competición, con todos los pilares del entrenamiento.

- Creemos en el respeto, el esfuerzo y la disciplina. Creemos que el tenis es un camino que lleva al conocimiento de si mismo y al desarrollo de personas apasionadas y con valores.



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



El tenis ha sido nuestra pasión desde muy pequeños. Debemos mucho, muchísimo a este deporte y con motivación y ganas de trabajar queremos ayudar a otros tenistas a alcanzar su máximo potencial como deportistas y como personas. Creemos en una escuela dirigida íntegramente a la competición, ayudando al jugador adulto a disfrutar del deporte con ayuda específica acorde a su nivel.

Juntos somos más fuertes.



TEMPORADA
2018/2019

45 JUGADORES
207 DÍAS
1656 HORAS

MÉTODO

Nuestra experiencia de más de 15 años en la enseñanza del tenis de alto rendimiento nos ha permitido crear un método de entrenamiento de éxito para que todos los jugadores, de cualquier nivel, puedan mejorar rápidamente. Nuestro método está basado en el entrenamiento diario de los cuatro aspectos pilares del tenis: la técnica, la táctica, el físico y la fortaleza mental. La perseverancia y el esfuerzo harán que los tenistas crezcan para conseguir sus objetivos. Nuestro enfoque de academia familiar permitirá a los jugadores entrenar en grupos pequeños y, por eso, a disfrutar de un seguimiento más personalizado, específico y cercano.

Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Dirección técnica

ALBERTO ESGUEVILLAS - DIRECTOR Formación

- Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- Máster Universitario en desarrollo, rendimiento e innovación en el tenis.
- Entrenador Nacional por la Real Federación Española de Tenis
- Preparador físico especialista en Tenis por la Real Federación Española de Tenis
- Técnico en psicología aplicada al Tenis, por la Real Federación Española de Tenis

Experiencia

- 18 años como entrenador en todos los niveles.
- 5 años de Director de Escuela de Competición
- Ex jugador de competición, Entrenador y Sparring de jugadores profesionales.
- Preparador físico de jugadores profesionales ATP/WTA, actualmente trabajando con jugadores profesionales de padel dentro del TOP 20 mundial, destacando Sanyo Gutierrez, 1 del mundo.
- Docente Universitario



Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Instalaciones del Club

CLUB RAQUETA

7 pistas de tenis

- Pista central de tierra batida
- 4 pistas cubiertas de tierra batida
- 2 pistas de greenset

9 pistas de padel:

- Pista central cristal descubierta
- 8 pistas de cristal cubiertas

Gimnasio

Cafetería-restaurante



Más información
670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



SECCIONES



PRE-COMPETICIÓN

DESDE LOS 6 AÑOS

Desarrollo coordinativo y técnico orientado a la competición

COMPETICIÓN DESDE LOS 10 AÑOS

Trabajo: -Técnico
-Físico
-Psicológico
-Preparación de torneos



ALTA COMPETICIÓN

DESDE LOS 16 AÑOS

-Entrenamiento en doble turno
-Planificación personalizada
-Trabajo orientado a competiciones Nacionales e Internacionales.



COMPETICIÓN ADULTOS

-Trabajo orientado a la mejora técnica/táctica del jugador para la participación en ligas, torneos y encuentros.
-Trabajo físico implementado en la sesión



Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon

AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



COMPETICIÓN ADULTOS

MÉTODO

Actualmente, en el tenis, hay competición a todas las edades, resaltando en este nivel a jugadores veteranos, que disputan regularmente ligas y torneos.

Por ello, desarrollamos un sistema específico para estos jugadores, y que puedan alcanzar su máximo nivel, abandonando los métodos tradicionales.

Queremos que el jugador adulto venga al entrenamiento sin que sepa que va a trabajar, y a través de una planificación adecuada obtenga su máximo nivel.

TRABAJO TÉCNICO Y FÍSICO

- Creación de un juego consistente y con un ritmo.
- Aplicación de las diferentes variantes de juego, trabajando los conceptos de anticipación y utilización de porcentajes.
- Trabajamos buscando la aceleración y potencia de los golpes, el juego de pies, la flexibilidad y el equilibrio en las diferentes áreas de la pista.

TRABAJO TÁCTICO:

- Se introduce al jugador en la táctica de competición, situaciones de juego, planificación y aprovechamiento de los distintos tipos de juego y jugadores

TRABAJO MENTAL

- Trabajamos el aumento de la capacidad de concentración, con ejercicios de visualización, situación, presión y ritmo de juego. Logramos que el jugador domine las técnicas de relajación, respiración y los rituales. Fomentamos la autoconfianza, la actitud positiva, el divertimento y el disfrute.

Días y horarios

Trabajo enfocado para entrenar 2 días a la semana, con una duración entre hora y media y dos.

Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon

AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Actividades complementarias al entrenamiento

Encuentros Interclubes

Gracias a nuestra amplia relación con otros clubes de Castilla y León y la península, a lo largo del curso realizamos encuentros con jornada de partidos y merienda para afianzar relaciones con otros jugadores del mismo nivel y objetivos.



Competición por equipos

Competiremos en ligas autonómicas como la liga Manuel Matellanes, así como la búsqueda en la participación en los Campeonatos de España por equipos +35 y +45. Nuestra intención es que la competición crezca entre nuestros jugadores, evitando sólo el entrenamiento a lo largo de la semana.



Convenios

A partir del entrenamiento, también es importante la salud del jugador, por ello te ofreceremos los convenios con los mejores profesionales de:

- Fisioterapia
- Nutrición
- Psicología



Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon

AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Club Raqueta
VALLADOLID

Actividades complementarias al entrenamiento

Liga federada y torneos internos

A lo largo de este año hemos puesto en marcha la tercera liga federada en la provincia, facilitando la competición durante todo el año.

También realizaremos los fines de semana encuentros internos para competir regularmente.

III LIGA CLUB RAQUETA FEDERADA
Del 9 de MARZO al 23 de JUNIO 2019

CATEGORÍAS: Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete, Juvenil, Absoluto y Veterano +35
Toda Masculino y Femenino

PREMIOS: Premios y vales material deportivo

LUGAR DE CELEBRACIÓN: CLUB RAQUETA VALLADOLID
C/ Padre Sordani, 2 - VALLADOLID

FECHA LÍMITE INSCRIPCIÓN: 1 MARZO, 22.00 H.

INSCRIPCIÓN: 4 MARZO, 11.00 H.

NO OBLIGADO

EXTERMINO 13€
Alumnos inscritos: 11€

REGALO DE BIENVENIDA AL APUNTARSE

INFORMACIÓN: CLUB RAQUETA 983 632 096

FUNCIONAMIENTO: Partidos fijos por quincenas. Los jugadores acuerdan entre ellos día y hora

PRECIO PISTA: Benjamín hasta Junior: Bonos Liga
Resto Categorias: Condiciones Liga

Liga en colaboración con

Seguimiento Liga Wimbledon

Una de las competiciones a la que nuestros jugadores dan más importancia es a esta prestigiosa liga, por lo que realizaremos un seguimiento y una preparación de las fases y partidos más importantes a lo largo del año.



Análisis biómecánico

Todos los jugadores son grabados dos veces al año, para poder realizar un análisis técnico, buscando una mayor eficiencia en el esfuerzo de cada golpe.

Creemos que esto es esencial para la evolución del jugador, creando una base de datos para su posterior informe técnico



Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Información importante

CONFIGURACIÓN DE LOS GRUPOS

Los grupos de entrenamiento se elaboran, en todos los supuestos, observando criterios de edad y nivel técnico de los alumnos. Tales grupos no podrán considerarse definitivos hasta la 3ª semana de curso. Cualquier cambio de grupo será previamente informado a los afectados.

EQUIPOS

Los jugadores aceptan participar en todas las actividades de la escuela, comprometiéndose en la medida de lo posible a participar, viajar y disputar los torneos necesarios para el buen funcionamiento del grupo.

DÍAS DE LLUVIA Y RECUPERACIONES

La actividad de la escuela se realiza en las pistas de greenset. Si tenemos disponibilidad en días de lluvia, realizaremos el entrenamiento en pista de tierra, cabiendo la posibilidad de modificar el horario.

La escuela da la posibilidad de recuperar los entrenamientos perdidos, siempre que sean por causas meteorológicas. Se realizarán días de recuperación, marcados previamente en el calendario, o extras en fin de semana, dando la posibilidad de venir en otro día que el jugador no entrene.

No estamos obligados a recuperar entrenamientos por otros motivos, aunque siempre que se pueda ayudaremos con los cambios.

NÚMERO DE JUGADORES POR PISTA

Las pistas se compondrán de 2,3 y 4 jugadores por pista. También es posible la opción de entrenamientos particulares y duales.

La escuela de adultos se hará principalmente después de la jornada de la escuela juvenil, desde las 20:00, y también fin de semana.

En caso de disponibilidad se valorará incluir grupos antes de este horario.

Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Información importante

PROGRAMACIÓN

Todos los alumnos, sea cual sea su edad o nivel, siguen durante el curso un programa de aprendizaje que tiende a la consecución de objetivos técnicos, tácticos y físicos anuales, a partir de los cuáles se diseñan las sesiones semanales de entrenamiento. Todo el profesorado dispondrá de la documentación gráfica de tales sesiones así como de los datos de los alumnos integrados en los grupos asignados. Su labor, al margen de la lógica ejecución del programa semanal, será la supervisión y control permanente de la evolución técnica particular de cada alumno en el entorno de su grupo que, en cualquier proceso de aprendizaje, impone el principio de individualidad.

LICENCIA FEDERATIVA

Los jugadores que entrenen en la Escuela, deberán tener la licencia con el club, y disputar los campeonatos por equipos en nombre de este. En el caso de que por necesidad individual, el jugador juegue por otro equipo, deberá abonar la parte correspondiente a la cuota anual, para poder formar parte de actividades y viajes.

Para que un jugador forme parte de el equipo de su categoría, será requisito que entrene en la escuela.

Es obligatorio tener la equipación oficial, utilizada en torneos y actividades relacionadas con la escuela.

Los posibles descuento irán unidos a pertenecer a los equipos del club.

PROGRESIÓN DOCUMENTADA

Aún en el caso de los alumnos más pequeños, cada profesor dispondrá de un registro escrito de su progresión y evolución técnica. Tal registro será personalmente revisado cada trimestre, que estará a disposición de los padres interesados para contrastar personalmente los detalles de cada caso concreto.

CALENDARIO

Las clases de la Escuela de tenis durante el año en curso se impartirán todos los días de la semana salvo los festivos entre semana no laborables. Cualquier alteración en el Calendario (recuperaciones y otros), así como las jornadas no laborables del año 2019-20, se comunicará previamente a todo el alumnado.

En el calendario, los días remarcados en rojo, no habrá clase por festivo nacional, los días remarcados en amarillo serán días computables como recuperación, disponibles para todos los alumnos, programados e informados anticipadamente. No se realizarán cambios puntuales en los horarios de los alumnos por causas ajenas a la escuela.

Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Información importante

CUOTAS MENSUALES

Se realizarán del día 1 al 5 de cada mes en metálico, extras producidos a lo largo del mes podrán ser abonados al final de este.

En caso de solicitar baja, tendrá que ser comunicada como máximo el 25 del mes en curso, toda aquella baja no comunicada tendrá que ser abonada como un mes normal.

No se realizarán reducciones por causas ajenas a la escuela, todo lo no disfrutado o bien por la escuela o lesión, será recuperado.

Los grupos son de 4 personas, en caso de que no este completo, se regularizará la cuota correspondiente a tres personas al mes siguiente.

TARIFAS

JUGADORES POR GRUPO	1,5H/ SEMANA	2H/SEMANA	3H/SEMANA	4H/SEMANA	6H/SEMANA
4	60 €	80 €	100 €	120 €	170 €

TARIFAS ESPECIALES

Descuento incluido de un 5% a partir de la 6ª hora semanal

Descuento de un 5% sí un hijo entrena en la escuela

ENTRENAMIENTOS INDIVIDUALES/ DUALES	TÁRIFA
1 HORA	32 €
1 HORA Y MEDIA	45 €

OTROS SERVICIOS:

- Preparación física: Sesiones de 1 hora, planificación y periodización individual, con material de última generación, junto trabajo específico en pista.
- Acompañamiento a torneos: Viajes a torneos nacionales, como eliminatorias del campeonato de España, así como otras competiciones regionales, como la liga Manuel Matellanes.

DESPLAZAMIENTO AUTONÓMICO	60€/ DÍA
DESPLAZAMIENTO NACIONAL	100€/ DÍA

Más información

670030814 - www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon



AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY
BY CLUB RAQUETA
2019/2020



SPONSOR OFICIAL



Wimbledon

DEPORTES WIMBLEDON
PASEO ZORRILLA 155

HEAD®

Más información
www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon

AESGUEVILLAS TENNIS ACADEMY BY CLUB RAQUETA 2019/2020



Club Raqueta
VALLADOLID

Sí deseas entrenar con nosotros, informarte, o probar sin compromiso, contacta con nosotros:

Alberto Esguevillas - 670 030 814

Club Raqueta - 983 632 005

Td TODO DEPORTE
EL SUPLEMENTO DEL DEPORTE AFICIONADO

Raquetas afinadas

La Escuela de Tenis 'AESguevillas Academy' confirma su progresión con la conquista de tres títulos autonómicos este año / La alevín Carolina Sánchez está entre las ocho mejores de España y opta al Máster Nacional

J.J. FERNÁNDEZ VILLALDOLID
Tocar la guitarra constituye todo un arte y no realizar la afinación debidamente puede generar sonidos molestos y no acordes con las notas que se desean reproducir. Algo parecido ocurre con una raqueta, pareciera en forma a una guitarra, y que debe ser afinada para poder realizar los mejores golpes.

En este caso, de la afinación se ocupa en la Escuela de Competición AESguevillas Tennis Academy, localizada en el Club Raqueta Valladolid, y puesta en marcha desde el ya lejano diciembre de 2017. En la escuela se dan cita jóvenes jugadores de entre 10 y 18 años con cerca de 40 participantes. La temporada pasada fue una afinación enfocada a calibrar los instrumentos, sin embargo, este curso, los jóvenes 'músicos' están afinando ya en las pistas de toda España su mejor armonía.

Carolina Sánchez Curiel se proclamó campeona del Máster autonómico alevín 2018, también campeona autonómica sub 13 2019 y subcampeona TTK Madrid estando situada actualmente entre las ocho mejores con acceso al master a final de año. Noa Ribera se alzó con el título de campeona autonómica sub 11, y logró grandes resultados en campeonatos en Madrid, destacando su subcampeonato de la Copa de Plata en CT Chararín.

Por su parte, Pablo Ramos ha sido campeón autonómico del Máster autonómico sub 13, mientras que Jesús Neurens fue subcampeón autonómico sub 17. El cadete Marco García llegó a semifinales del autonómico, y junto a Alberto Santos fue subcampeón de dobles en autonómico. Guillermo Frutes alcanzó ser semifinalista en el alevín autonómico, al igual que Anara García que con solo 8 años y perteneciendo a la categoría prebenjamín, se coló en la penúltima ronda de benjamín.

Pero si por algo se caracteriza esta escuela es por ser también una familia, de ahí que los resultados por equipos también son brillantes. En la categoría cadete ha sido subcampeón autonómico final de semana juega la final con una plaza en el Campeonato de España en juego. Mientras que en alevín e infantil femenino se ha logrado ser semifinalistas autonómicas.

Esguevillas recuerda que la escuela que lleva su nombre es una de las mejores y más completas de Castilla y León y comunidades limítrofes, en donde el jugador puede, iniciarse, perfeccionar o alcanzar el nivel de competición.

Desde la Escuela se abre las puertas a todo el mundo de ahí que organicen una jornada de acceso y puertas abiertas los próximos 8 y 15 de junio. «Ojalá vayáis talando más chicos; nosotros estamos encantados de ver cómo el tenis comienza a reñitar en la ciudad». En verano realizará un stage de competición acudiendo también a torneos nacionales. Todo desde un método que Esguevillas resume así: «Tenemos horarios y programas personalizados, entrenamiento en grupos pequeños y seguimiento a los torneos, con estos servicios intentamos que los deportistas mejoren su nivel, disfruten de nuestro fantástico deporte y se eduquen al esfuerzo y la disciplina, en un ambiente sano y familiar».

A lo largo del curso realizan jornadas de otros campos de entrenamiento, como son la psicología, la preparación física, o la nutrición. «Creemos en una educación integral del deportista, con todos los pilares del entrenamiento, excepto. Por supuesto que apostamos por las nuevas tecnologías que han llegado al mundo del tenis. Así, todos los jugadores son grabados dos veces al año, para poder realizar un análisis técnico, buscando una mayor eficiencia en el esfuerzo de cada golpe».

El grupo de trabajo está formado por el propio Esguevillas, Javier Douma y Simón Sanz. Todo ello se realiza en las instalaciones del Club Raqueta donde cuentan con una pista central de tierra batida, cuatro cubiertas de tierra batida y dos pistas de 'greenet'. «Las instalaciones son perfectas para ir creciendo como jugador», destaca el entrenador. Todo ello con la intención de que esas guitarras con cuerdas estén afinadas de cara al futuro.

jugadores y jugadoras de la Escuela Alberto Esguevillas, junto a los entrenadores, posan en la pista del Club Raqueta Valladolid. FERRER RODRÍGUEZ

Más información
www.aesguevillas.com - www.clubraqueta.es



Wimbledon