

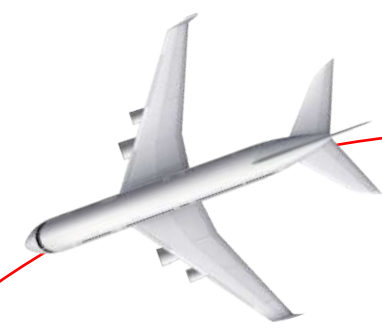


RAFA NADAL ACADEMY

Manacor, Mallorca

www.rafanadalacademy.com

Sobre **España**



España: **Un Destino Deportivo de Renombre Mundial**

España, un país apasionado por el deporte, es un destino ideal para aquellos que buscan programas deportivos emocionantes y enriquecedores. Con una rica herencia deportiva que abarca desde el fútbol hasta el tenis y el baloncesto, **España ha sido sede de competiciones internacionales de primer nivel.** Sus impresionantes paisajes, playas soleadas y ciudades vibrantes hacen de España un lugar perfecto para combinar la formación deportiva de alta calidad con la exploración de su cultura y estilo de vida únicos.

Desde el fútbol en Madrid hasta el tenis en las canchas de la Nadal Academy, **España ofrece oportunidades excepcionales para entrenar y competir en entornos de élite.** Ya sea que estés interesado en mejorar tus habilidades deportivas o simplemente disfrutar de la emoción de los eventos deportivos de clase mundial, España tiene mucho que ofrecer a los amantes del deporte de todas las edades.



Ciudad

Mallorca: Tu Destino en el Mediterráneo

Mallorca, la espectacular isla en el corazón del Mediterráneo, es **el lugar donde se encuentra la Rafa Nadal Academy**. Esta isla balear es famosa por su belleza natural, playas de arena dorada, aguas cristalinas y un clima mediterráneo que brilla durante gran parte del año. La ciudad de Manacor, en el este de la isla, es donde reside la academia, **ofreciendo un entorno tranquilo y pintoresco para el desarrollo de tu tenis y experiencias únicas.**

En Mallorca, podrás disfrutar del encanto de un destino vacacional con un ambiente relajado, mientras te sumerges en la cultura y la hospitalidad mallorquinas. Además del tenis de clase mundial en la Rafa Nadal Academy, tendrás la oportunidad de explorar playas impresionantes, visitar pueblos históricos, degustar deliciosa gastronomía local y disfrutar de un estilo de vida mediterráneo auténtico. **Tu experiencia en Mallorca será una mezcla perfecta de entrenamiento de alto nivel y descubrimiento de la belleza de esta isla paradisíaca en el corazón del Mediterráneo.**



Fecha

5 oct - 13 oct



Programa de Entrenamiento en la Rafa Nadal Academy

En la Rafa Nadal Academy, te ofrecemos un programa de entrenamiento excepcional que sigue la metodología desarrollada por Rafa Nadal, Toni Nadal y su experimentado equipo técnico. Esta experiencia te brindará una visión profunda de lo que se requiere para alcanzar el éxito en el mundo del tenis profesional.

Nuestro Training Camp abarca todos los aspectos esenciales para la formación de un jugador de élite:

Mejora tu rendimiento en la cancha con la orientación de preparadores físicos expertos.

Entrena y comparte experiencias con jugadores de nuestro Annual Program, sumergiéndote en un ambiente competitivo y de crecimiento.

Refuerza tu fortaleza mental a través del trabajo con especialistas en psicología deportiva.

Aprende la importancia de la nutrición y la hidratación adecuadas para maximizar tu desempeño.

Cronograma de Actividades



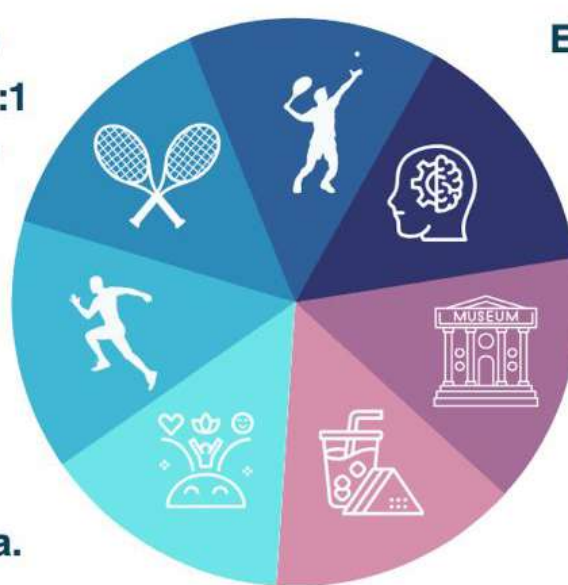
Incluye

22h de entrenamiento de tenis de alta intensidad. Ratio 1:3.

30 min de entrenamiento individual de tenis. Ratio 1:1 (una sesión semanal por jugador).

6.25h de preparación física específica.

Pack de bienvenida.



3 sesiones de formación en nutrición, prevención de lesiones y Wellness.

Entrenamiento mental en pista.

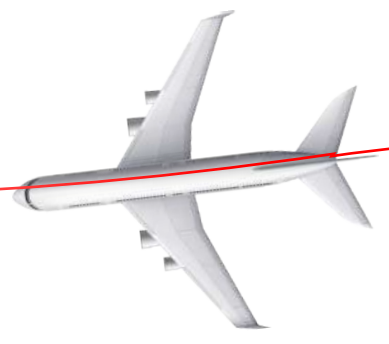
Competición de tenis los sábados (Partidos con jugadores anuales o Torneo UTR).

Visita guiada a Rafa Nadal Museum Xperience.

Comida y snack a media mañana.



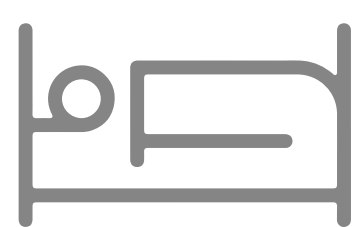
Además, el programa incluye:



- 1 30 minutos de entrenamiento individual de tenis con una relación 1:1, brindándote atención personalizada.
- 2 6.25 horas de preparación física específica para elevar tu resistencia y fuerza.
- 3 Un pack de bienvenida para iniciar tu experiencia de manera especial.
- 4 Entrenamiento mental en la pista para mejorar tu enfoque y control emocional.
- 5 Competiciones de tenis los sábados, donde te medirás contra jugadores anuales o participarás en el Torneo UTR.
- 6 Una visita guiada al Rafa Nadal Museum Xperience, donde podrás conocer más sobre la carrera y legado de este campeón.
- 7 Comidas y snacks a media mañana para mantenerte energizado.
- 8 22 horas de entrenamiento de tenis de alta intensidad con una relación de entrenador a jugador de 1:3.
- 9 Tres sesiones de formación en nutrición, prevención de lesiones y bienestar general para cuidar tu salud y rendimiento.

Cronograma de Actividades

XXXXXXXXXX

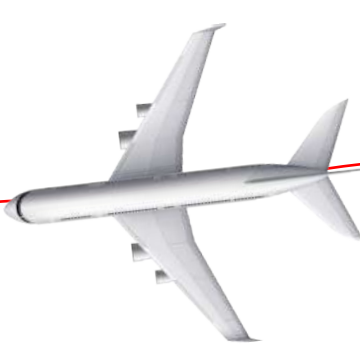


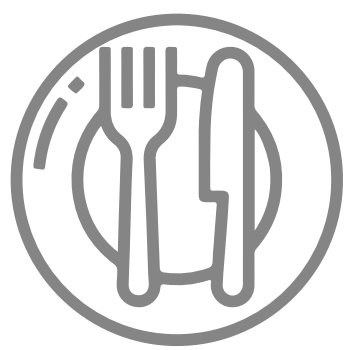
Acomodación

Alojamiento y Bienestar en la Rafa Nadal Academy

En la Rafa Nadal Academy, tu bienestar es una prioridad fundamental. Durante tu estancia de entrenamiento, te proporcionamos una experiencia de alojamiento cómoda y completa que garantiza que te sientas como en casa lejos de casa.

Disfrutarás de una estancia en nuestras instalaciones diseñadas para brindarte comodidad y tranquilidad. Aquí, tendrás tiempo para descansar y recuperarte después de las sesiones de entrenamiento intensas.

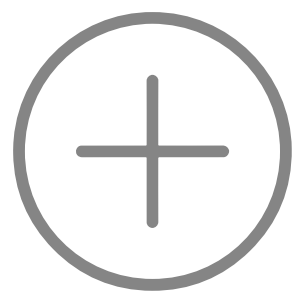




Alimentación

Tu alojamiento incluye todas las comidas, asegurando que estés bien alimentado y nutrido para aprovechar al máximo tu programa de entrenamiento.

Además, te ofrecemos servicios esenciales para tu bienestar



Qué incluye

7 Noches en la Residencia Tutelada de la Academia: Disfrutarás de una estancia en nuestras instalaciones diseñadas para brindarte comodidad y tranquilidad. Aquí, tendrás tiempo para descansar y recuperarte después de las sesiones de entrenamiento intensas.

Pensión Completa: Tu alojamiento incluye todas las comidas, asegurando que estés bien alimentado y nutrido para aprovechar al máximo tu programa de entrenamiento.

Además, te ofrecemos servicios esenciales para tu bienestar:

Atención Médica: En caso de necesitar atención médica, estamos preparados para cuidar de ti y velar por tu salud.

Servicio de Fisioterapia: Nuestros servicios de fisioterapia están disponibles si requieres asistencia para mantener tu cuerpo en óptimas condiciones.

Servicio de Nutrición: La nutrición desempeña un papel crucial en tu rendimiento deportivo. Nuestro equipo de nutrición estará a tu disposición para asesorarte sobre una dieta adecuada.

Servicio de Ida y Vuelta al Aeropuerto: Facilitamos tu llegada y salida con nuestro servicio de transporte al aeropuerto, brindándote comodidad y tranquilidad.

En la Rafa Nadal Academy, nos preocupamos por tu bienestar en cada aspecto, asegurándonos de que te concentres en lo que más importa: **tu desarrollo como tenista.** Tu estancia con nosotros será una experiencia inolvidable donde la atención a los detalles es nuestra prioridad.



Qué no incluye

Es importante tener en cuenta algunos elementos que no están cubiertos por el programa, y que serán responsabilidad del estudiante o su familia:

Gastos Personales: Los gastos personales, como compras adicionales, souvenirs, entretenimiento durante el tiempo libre y otros gastos no relacionados con el programa, correrán por cuenta del estudiante.

Visa y Trámites Relacionados: Aunque ofrecemos asesoría para el proceso de visa, los costos de la visa y cualquier trámite relacionado son responsabilidad del estudiante y su familia.

Material Escolar Adicional: Cualquier material escolar adicional que se requiera más allá de lo proporcionado por la institución no está cubierto.

Actividades Personales: Si los estudiantes desean participar en actividades adicionales a las programadas, como clases extracurriculares o eventos especiales, estos gastos serán adicionales.

Asegúrate de considerar estos elementos y planificar en consecuencia para una experiencia sin contratiempos en España.

¡Esperamos que aproveches al máximo tu emocionante aventura académica y cultural!

