



PROGRAMA ANUAL CON ESTUDIOS | 2009-2010

Riba Competición, con este Programa Anual, busca conocer las necesidades reales que tienen los jóvenes tenistas (en edades comprendidas entre los 12 y 18 años) para encontrar las mejores soluciones.

En primer lugar, contemplamos la inquietud de los padres de compaginar la ilusión de practicar deporte de forma responsable con la motivación para finalizar unos estudios, y todo ello, en un entorno sano, seguro y de confianza.

En segundo lugar, tenemos en cuenta la inquietud y motivación de estos jóvenes tenistas, para defender y luchar por sus necesidades y objetivos.

Riba Competición les ofrece un programa de entrenamiento completo, gestionado por un Equipo Técnico que les aporta la ayuda y apoyo necesarios en la difícil travesía de la preparación en este deporte, además de unas óptimas instalaciones que les permita llevar a término su preparación a un gran nivel.

Como para **Riba Competición** el aspecto humano es primordial, ofrecemos a nuestros alumnos una atención personalizada, la cual conseguimos creando grupos reducidos.

EQUIPO TÉCNICO

Riba Competición dispone de un **Equipo Técnico Profesional** con más de 20 años de experiencia en el mundo de la enseñanza y la formación del Tenis de Competición.

Los tenistas disponen de diferentes profesionales específicos para cada necesidad: La **psicóloga**, a través de un seguimiento personal, ayuda al jugador a sacar el máximo rendimiento en pista así como a encontrar el equilibrio emocional tanto a nivel personal como de competición.

El **tutor** asume la formación general del alumno e informa a los padres, cada dos meses, de los resultados de su hijo (hace el seguimiento de los estudios, prepara las sesiones de formación complementarias, controla el reglamento y la nutrición).

El **preparador físico** se encarga de que los tenistas tengan un crecimiento seguro y fuerte. El equipo **wellness**, orientado a la prevención, diagnóstico y recuperación de lesiones.



INSTALACIONES

Riba Competición cuenta con unas instalaciones privilegiadas, el CAR (Centro de Alto Rendimiento) de Sant Cugat del Vallès, de fácil acceso y ubicación (a 500 metros de la estación de Sant Joan de los Ferrocarriles de la Generalitat de Catalunya).

Los tenistas entrenan, comen y estudian en un centro privilegiado y exclusivo para deportistas de competición.

El CAR ofrece toda una serie de servicios para facilitar el trabajo tanto a deportistas como a entrenadores, y hacer posible conseguir el máximo rendimiento deportivo, sin olvidar la formación integral del deportista y su salud.

Disponemos de dos pistas de tenis de tierra batida y un pabellón con cuatro pistas de tenis de resinas sintéticas con subbase de madera.

ESTUDIOS

Como entendemos que la formación académica y humana de cada persona es tanto o más importante que la estrictamente deportiva, exclusivamente los deportistas del CAR tienen la opción de asistir a clases de Bachillerato y ESO en el Instituto ubicado en las mismas instalaciones, contando con un profesorado altamente cualificado.

En el IES, Centre d'Alt Rendiment Esportiu (<http://ies.car.edu>) pueden cursar, en horarios de mañanas y tardes, de Lunes a Viernes, los siguientes estudios:

- **Enseñanza Secundaria Obligatoria:**

- Primer Ciclo:
 - Primero de ESO
 - Segundo de ESO
- Segundo Ciclo:
 - Tercero de ESO
 - Cuarto de ESO

- **Bachillerato**

- Primero de Bachillerato
- Segundo de Bachillerato



NUTRICIÓN

El CAR dispone un equipo especialista en nutrición que se encarga del estudio alimenticio de los deportistas y de la confección de los menús.

RESIDENCIA

Los tenistas cuyo domicilio está ubicado fuera de Barcelona, tienen la opción de alojarse a tan sólo 5 Km. del CAR. La residencia se encuentra en un entorno privilegiado, y dispone de grandes hectáreas de jardines, así como de una piscina. El ambiente, sano, acogedor y familiar hacen que esta casa sea predilecta y única en su especie.

Riba Competición se responsabiliza de los desplazamientos, los cuales se gestionan con un vehículo de la propia empresa.

Disponemos de dos posibilidades de alojamiento: De Lunes a Viernes (fin de semana en casa familiar) o de Lunes a Domingo (incluye fin de semana).



COMPETICIÓN

Para un mayor rendimiento en el aprendizaje y su consolidación como jugador, es importante la participación en torneos, por ello el programa de entrenamiento incluye el acompañamiento a los mismos.

Barcelona es la capital europea del Tenis y contamos con los torneos de la Federación Catalana, la Federación Española, ITF, WTA, ATP.





HORARIOS

8:00 a 9:30	Entreno
10:00 a 12:30	Estudios_Instituto
12:45 a 14:00	Preparación física Psicología
14:15 a 15:15	Comida & descanso
15:15 a 17:45	Estudios_Instituto
18:00 a 19:30	Entreno Preparación específica

PRECIOS

- **Matrícula** de inscripción y reserva de plaza al Programa: 200 €/curso
- **Programa Anual** (de Septiembre a Julio): 1.000 €/mes
 - Incluye: Entrenamientos mañana y tarde
 - Preparación Física
 - Preparación Psicológica
 - Estudios académicos
 - Tutoría
- **Programa Wellness:** 75€/mes. Incluye 2 revisiones médicas anuales y MAT (Técnica de Activación Muscular).
- **Fondos de Viaje:** 150 €/trimestre (los gastos de desplazamiento e inscripción a los Torneos, así como reparación del material, se descontarán de esta provisión. Se pedirán trimestralmente en función de la disposición de cada jugador).
- **Residencia** (incluye alojamiento, desayuno, cena, lavandería y desplazamientos al CAR):

De Lunes a Viernes: 600€/mes
Toda la semana: 850€ /mes

No están incluidas las **comidas** en el CAR, precio aprox. de 11€ c/u.

Los precios indicados no incluyen IVA.
La revisión de tarifas es anual.



DOCUMENTACIÓN

Para **Riba Competición**, los alumnos deben aportar la siguiente documentación para hacer efectiva la plaza:

- Fotocopia DNI o pasaporte.
- 2 fotografías tipo carnet
- Tarjeta sanitaria
- Licencia federativa
- Formulario de inscripción debidamente cumplimentado
- Justificante de ingreso de la matrícula de inscripción al Programa Anual mediante giro postal a: Luís Riba Farrés, C/ Enric Losantos, 4 (08193) Bellaterra.

Para el **Instituto** es necesario:

- Copia de los últimos resultados académicos.
- Formulario de inscripción.
- 4 fotografías.