

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR: TENIS A PADEL LETNÍ DOBRODRUŽSTVÍ PRO DĚTI!



📅 21.7. – 25.7.2025
11.8. – 15.8.2025

📍 TK Neridé,
V Chotejně 700/7,
Praha 15 – Hostivař

👤 6–14 let

Přijďte si užít nezapomenutelný týden plný sportu, zábavy a nových přátel! Příměstský tábor zaměřený na tenis a padel je ideálním místem pro všechny děti, které si chtějí zlepšit své sportovní dovednosti, nebo jen začít s těmito skvělými raketovými sporty.

CO NABÍZÍME?

- **Tenis** – tréninky vedené kvalifikovanými trenéry pro všechny úrovně (začátečníci, pokročilí, závodní hráči).
- **Padel** – seznámení s nejrychleji rozvíjejícím sportem na světě, základy i pokročilé techniky pro děti všech věkových kategorií.
- **Zábavné hry a soutěže** – každý den plný různých tenisových a padelových aktivit, týmových her a výzev.
- **Individuální přístup** – trenéři se zaměří na individuální rozvoj každého dítěte a přizpůsobí tréninkové metody.
- **Venkovní areál** – tenisové tréninky budou probíhat na tenisových kurtech, kde si děti užijí pohyb na čerstvém vzduchu. V případě nepříznivého počasí se využije krytá hala TK Neridé
- **Krytá hala TK Neridé** – padelové tréninky budou probíhat na nových padelových kurtech v kryté hale

PROGRAM

- **Pondělí:** Seznámení s táborem, základní techniky tenisu a padelu, první zápasy.
- **Úterý:** Pokročilé tenisové údery, výuka padelu a týmové hry.
- **Středa:** Utkání v tenisu a padelu, strategie a taktika.
- **Čtvrtek:** Trénink individuálních dovedností, zábavné sportovní výzvy a soutěže.
- **Pátek:** Závěrečné turnaje, vyhodnocení tábora, předání diplomů a odměn.

ČASOVÝ HARMONOGRAM

- **Sraz** 8:30 – 9:00 na recepci TK Neridé
- **Dopolední trénink** 9:30 – 11:30
- **Oběd** 12:00 – 13:00
- **Odpolední trénink** 13:30 – 15:30
- **Konec** 15:30 – 16:00

CENA

- **Cena tábora: 5.500,- Kč**
- V ceně: tréninkové pomůcky, trenérský dozor, denní svačiny, oběd, pitný režim a malý dárek na konci tábora.

CO S SEBOU?

- Tenisová raketa a padelová raketa (pokud nemáte, zapůjčíme)
- Sportovní oblečení a obuv
- Opalovací krém a pokrývka hlavy
- Láhev na pití
- Svačina a oběd (pokud nebudete využívat naše obědy)

Přihlaste své dítě na náš příměstský tábor prostřednictvím kontaktního e-mailu rezervace@padelneride.cz nebo telefonním čísle **+420 602 325 397**

Počet míst je omezen, proto neváhejte a přihlaste se co nejdříve!

