PROGRAMAS
ADULTOS & JUNIORS

RAFA NADAL TENNIS CENTRE
COSTA MUJERES · CANCÚN

PALLADIUM
HOTEL GROUP

RAFA NADAL TENNIS CENTRE
COSTA MUJERES • CANCÚN

RAFA NADAL TENNIS CENTRE; EL PARAÍSO DEL TENIS

El Rafa Nadal Tennis Centre es una nueva línea de centros deportivos, inspirados en la Rafa Nadal Academy by Movistar (situada en Mallorca, España), ubicados en un entorno de resorts y complejos vacacionales de alta categoría en destinos punteros a nivel internacional.

Con unas impresionantes instalaciones deportivas y con una gran oferta de programas de tenis para niños y adultos, Rafa Nadal Tennis Centre ofrece una experiencia inolvidable para los amantes del tenis, que se sumergirán en un ambiente profesional con el mejor equipo técnico del mundo.

En el Rafa Nadal Tennis Centre Costa Mujeres los jugadores podrán entrenar con la misma metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar, mientras disfrutan de unas espectaculares vacaciones en Costa Mujeres, un destino paradisiaco emplazado a tan solo 30 minutos de Cancún (México).

Nuestra metodología se basa en un sistema de formación exclusiva diseñada a partir de la experiencia adquirida por Rafa Nadal y su equipo técnico durante todos estos años de aprendizaje en el circuito ATP.

CENTRO OFICIAL DE

RAFA NADAL ACADEMY BY movistar

RAFA NADAL TENNIS CENTRE | PALLADIUM HOTEL GROUP

PROGRAMAS ADULTOS Y JUNIORS

- Todos programas se adaptan a las diferencias estancias, con la opción de 2 días o más (no necesariamente tienen que ser consecutivos).
- Las clases se imparten de lunes o sábado. Los domingos no se imparten clases de tenis, pero los entrenamientos se podrán recuperar otro día de la semana.

PREMIUM TENNIS PROGRAM

Disponible para adultos (+18 años) y juniors (8 a 17 años) de todos los niveles.
Es un programa con un ratio de pista-jugador 1/1.

Descripción del programa

Si buscas una experiencia de tenis exclusiva y totalmente personalizada, ¡este es tu programa!

El Premium Tennis Program es un programa de alta intensidad impartido por los entrenadores del Rafa Nadal Tennis Centre con la metodología de entrenamiento de la Rafa Nadal Academy by Movistar. Nuestra metodología se basa en un sistema de formación exclusiva diseñada a partir de la experiencia adquirida por Rafa Nadal y su equipo técnico durante todos estos años de aprendizaje en el circuito ATP.

Este programa tiene como objetivo la mejora del juego técnico y táctico con sesiones completamente adaptadas a los diferentes niveles y necesidades. Las sesiones se desarrollan bajo un objetivo de entrenamiento diario, definido previamente entre el jugador y el entrenador. Todas las clases son privadas, es decir, 1 jugador por pista, permitiendo optimizar el aprendizaje y mejorar cada uno de los aspectos del juego a lo largo del programa.

Al final del programa, los jugadores recibirán un informe en el que el entrenador evaluará los aspectos del juego trabajados. Además, se les indicará las herramientas necesarias para seguir mejorando su juego.

Objetivo

Maximizar las fortalezas y minimizar las debilidades del jugador, mejorando su rendimiento de tenis y condición física.

Incluye

- 2 horas de tenis al día.
- Informe personalizado al finalizar el programa.

Precio

$360 USD por 2 días/jugador.
Cada día extra son $180 USD por día/jugador.

RAFA NADAL TENNIS CENTRE | PALLADIUM HOTEL GROUP

TOTAL TENNIS PROGRAM

Disponible para adultos (+18 años) y juniors (10 a 17 años) con un nivel de tenis desde bajo-intermedio hasta avanzado.
Es un programa con un ratio de pista-jugador 1 / 4.

Descripción del programa

¿Quieres compartir tu experiencia con jugadores de todo el mundo?

En el Total Tennis Program los jugadores mejorarán su nivel de tenis y su preparación física con un entrenamiento en grupo adaptado a su nivel.

Los entrenadores del Rafa Nadal Tennis Centre realizan una prueba de nivel a todos los jugadores al comienzo del programa para asignarles un grupo de entrenamiento acorde a su nivel de juego. Todos los entrenamientos se imparten con la metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar.

Objetivo

Mejorar el juego técnico-táctico y disfrutar de una experiencia de entrenamiento junto a tenistas de todo el mundo.

Incluye

» 2 horas de tenis al día.

Precio

$200 USD por 2 días/jugador.
Cada día extra son $100 USD por día/jugador.

RAFA NADAL TENNIS CENTRE

PALLADIUM HOTEL GROUP

TOTAL TENNIS DOUBLES PROGRAM

Disponible para adultos con un nivel de tenis desde bajo-intermedio hasta avanzado, a partir de 18 años. Es un programa con un ratio de pista-jugador 1/6.

Descripción del programa

¿Te gustaría vivir una gran experiencia junto con tus compañeros de equipo?

El Total Tennis Doubles Program ha sido creado para los jugadores que habitualmente compiten en la modalidad de dobles y desean mejorar su juego y su técnica mientras aprenden nuevas estrategias. La metodología de entrenamiento se llevará a cabo con situaciones reales de competición.

Este programa tiene como objetivo la mejora de todas las áreas del juego, aunque se dará especial importancia al entrenamiento de la cobertura de red, el ataque a la red y la selección de golpes inteligentes, fundamentales en la competición por equipos.

Los participantes podrán combinar los entrenamientos con partidos reales para optimizar su aprendizaje y aprovechar al máximo su experiencia en el Rafa Nadal Tennis Centre.

Objetivo

Mejora de la técnica, la táctica y la estrategia de la pareja de dobles. Compartir una experiencia de entrenamiento que ayudará a aumentar la compenetración entre ambos durante la competición.

Incluye

» 2 horas de tenis al día.

Precio

$180 USD por 2 días/jugador.
Cada día extra son $90 USD por día/jugador.

RAFA NADAL TENNIS CENTRE

PALLADIUM HOTEL GROUP

RNA CAMPS

Disponible para juniors con un nivel de tenis desde intermedio hasta avanzado, de 10 a 17 años.
Es un programa con un ratio de pista-jugador 1/4.

Descripción del programa

¿Quieres tener una experiencia de tenis de alto rendimiento?

En las sesiones de entrenamiento se trabajarán todos los aspectos determinantes en el juego como la técnica, la táctica, la condición física y la mentalidad competitiva entre otros, siempre combinado con actividades lúdicas y recreativas en un entorno inigualable como es el Caribe Mexicano.

Los RNA Camps también pretende educar a los jugadores a través del deporte mediante las entretenidas actividades prácticas que componen el programa "Building a Champion". Gracias a sesiones impartidas por los coaches del Rafa Nadal Tennis Centre, los jóvenes tenistas recibirán formación relativa a la nutrición, preparación física y a los Valores como el esfuerzo, humildad, tolerancia, paciencia, respeto e integridad, ADN de la Rafa Nadal Academy by Movistar.

Objetivo

Mejorar el juego técnico-táctico y disfrutar de una experiencia de entrenamiento junto a tenistas de todo el mundo.

Incluye

- 22 horas semanales de entrenamiento de tenis.
- 6 horas semanales de preparación física / actividades deportivas.
- 6 horas semanales de actividades "Building a Champion"
- Actividades lúdicas y recreativas.
- Energy break y comida.
- Visita guiada al Rafa Nadal Museum Xperience.
- Paquete de bienvenida.
- Entrega de diplomas a los jugadores.

Precio

$835 USD por semana/jugador.
Se aplica un 50% de descuento
para jugadores locales
y miembros.

RAFA NADAL TENNIS CENTRE

PALLADIUM HOTEL GROUP

CLASES PRIVADAS

Descripción del programa

Las clases privadas se imparten a alumnos de todas las edades (mínimo 5 años) y se adapta a todos los niveles de juego. Se ofrecerán diferentes paquetes para clases individuales o de grupo (máximo 4 personas) adaptadas a las necesidades de cada uno de ellos.

Los paquetes de clases disponibles son de 3 horas de tenis (en 3 días), 4 horas de tenis (en 4 días), 5 horas de tenis (en 5 días) y 6 horas de tenis (en 6 días).

También se ofrecen clases particulares de una hora de duración, que se podrán reservar según disponibilidad con un día de antelación

Objetivo

Maximizar las fortalezas y minimizar las debilidades de cada jugador, mejorando su rendimiento de tenis y condición física.

Precio

PAQUETE	JUGADORES	PRECIO
PAQUETE 3h	1 Jugador	$ 270 USD
	Semi-privada	$ 360 USD
	3 Jugadores	$ 450 USD
	4 Jugadores	$ 600 USD
PAQUETE 4h	1 Jugador	$ 360 USD
	Semi-privada	$ 480 USD
	3 Jugadores	$ 600 USD
	4 Jugadores	$ 800 USD
PAQUETE 5h	1 Jugador	$ 450 USD
	Semi-privada	$ 600 USD
	3 Jugadores	$ 750 USD
	4 Jugadores	$ 1000 USD
PAQUETE 6h	1 Jugador	$ 540 USD
	Semi-privada	$ 720 USD
	3 Jugadores	$ 900 USD
	4 Jugadores	$ 1200 USD

RAFA NADAL TENNIS CENTRE

PALLADIUM HOTEL GROUP

NUESTRO MÉTODO

La metodología de entrenamiento de Rafa Nadal Academy by Movistar ha sido desarrollada por Toni Nadal junto al equipo técnico que ha acompañado a Rafa en su carrera deportiva gracias a la experiencia adquirida en su paso por el circuito de tenis profesional.

Con el uso de las nuevas tecnologías, vemos de forma clara que el tenis evoluciona progresivamente hacia una forma de juego más rápida, es decir, los puntos son más cortos y los inicios de jugada (servicio/resto) marcan la diferencia en el posterior desarrollo del punto. Esto lleva a que el jugador deba estar preparado para tomar las decisiones de manera muy rápida.

En la Academia entendemos que el tenis del presente y del futuro se juega primero con los “ojos”, luego con la “mente”, posteriormente con las “piernas” y finalmente con las “manos”. Aplicamos sistemas de entrenamiento que van en esta dirección, combinándolos con las aptitudes que tantos éxitos han dado a Rafa a lo largo de su carrera profesional, como son: la movilidad, el carácter ganador, la intensidad en el entrenamiento y en el partido, la mentalidad competitiva y la concentración.

En cada entrenamiento, decidiremos el porcentaje de tiempo que se le va a dedicar a cada uno de los aspectos del juego (técnico, estratégico, físico, mental), para conseguir que nuestros jugadores jueguen de la forma más competitiva posible. Cada entrenamiento seguirá “un objetivo” claro, a un nivel de máxima concentración, sin diferencia en este sentido entre entreno y un partido de competición.

Nuestro sistema de entrenamiento se actualiza regularmente debido a la constante evolución de la industria del tenis, aplicando constantes mejoras en los materiales que más influyen en la velocidad del juego (raquetas, cordajes, pelotas...) y a la evolución de los diferentes métodos de entrenamiento (especialmente la preparación física y los trabajos sobre habilidades mentales), los cuales han ayudado a que en el circuito profesional podamos ver jugadores cada vez más fuertes, rápidos y ágiles.

RAFA NADAL TENNIS CENTRE | PALLADIUM HOTEL GROUP

NUESTRO ADN EN PISTA

RECONOCIMIENTO Y ANTICIPACIÓN

» Entendemos en la Academia que el tenis del presente y del futuro se juega primero con los “ojos”, luego con la “mente”, posteriormente con las “piernas” y finalmente con las “manos”.

» En los RNA Camps aplicamos sistemas de entrenamiento orientados en esta dirección para preparar al jugador a anticiparse y a tomar la iniciativa en el juego. Aptitudes como la movilidad, el carácter ganador, la intensidad en el entrenamiento y en el partido, la mentalidad competitiva y la concentración serán las bases de nuestros entrenamientos.

PACIENCIA Y RESISTENCIA

» En los RNA Camps ayudaremos al jugador a desarrollar paciencia, resistencia y consistencia desde la línea de fondo para superar a sus oponentes.

ESFUERZO Y POTENCIA

» Ayudaremos al jugador a construir un estilo de juego sólido basado en el esfuerzo donde cualquier situación defensiva pueda convertirse en una oportunidad ofensiva generando potencia en posiciones forzadas.

GESTIÓN DEL RIESGO Y CONOCIMIENTO TÁCTICO

» La defensa y el ataque siempre están entrelazados en el tenis, y es esta transición instantánea de una posición defensiva a una posición ganadora, lo que hace del tenis un deporte tan emocionante. Aprender a diferenciar ambas posiciones y tomar las decisiones adecuadas será clave para que el jugador pueda maximizar su potencial.

NUESTRAS INSTALACIONES

RAFA NADAL TENNISCENTRE | PALLADIUM HOTEL GROUP

RAFA NADAL SHOP

En Rafa Nadal Shop encontrarás una exclusiva selección de moda deportiva con los logos de Rafa Nadal Academy by Movistar y Rafa Nadal Tennis Centre Costa Mujeres. Además, encontrarás una gran variedad de artículos de recuerdo que podrás llevarte contigo tras tus vacaciones de tenis con nosotros. Tazas, libretas, llaveros, etc...

1 Campo de Fútbol 7

8 PISTAS DE TENIS DE TIERRA BATIDA (5 EXTERIORES Y 3 CUBIERTAS)

SPORT CAFE

Sport Cafe es el lugar perfecto para disfrutar de los mejores eventos deportivos del mundo en pantalla gigante. Relájate y disfruta de nuestra carta de SNACKS & DRINKS con variados y saludables bocadillos recién preparados y bebidas refrescantes en un ambiente deportivo.

1 PISTA DE PÁDEL

Rafa Nadal Museum Xperience

Ven a descubrir el Museo de Rafa Nadal donde encontrarás una amplia exposición de trofeos y equipaciones del tenista con las que ganó algunos de sus títulos de Grand Slam.

En este espacio también podrás ver donaciones de otros deportistas que han querido estar presentes en este especial museo inspirado en el museo original que se encuentra en Rafa Nadal Academy by Movistar en Mallorca (España).

Viaja por la historia del deporte contemporáneo, pon a prueba tus habilidades en nuestros juegos interactivos , revive los mejores momentos de la carrera deportiva de Rafa Nadal y conoce los valores del deporte a través del contenido audiovisual del Rafa Nadal Museum Xperience.

RAFA NADAL TENNIS CENTRE

PALLADIUM HOTEL GROUP

QUÉDATE CON NOSOTROS

Ubicado en la playa de arena blanca de Costa Mujeres, en nuestro nuevo hotel de 5 estrellas del Caribe mexicano con instalaciones solo para adultos podrás disfrutar de la tranquilidad absoluta.

Rodeado por arrecifes de coral, se encuentra a tan solo 30 minutos de Cancún y su aeropuerto internacional. Desde noviembre de 2018, los huéspedes pueden disfrutar de los servicios personalizados, las increíbles instalaciones, los espectaculares restaurantes a la carta y el confort sublime que les ofrece Infinite Indulgence®, está todo incluido.

TRS Coral Hotel

- 469 suites en primera línea de playa con balcón y bañera hidromasaje
- Piscinas swim-up en algunas suites
- Servicio de mayordomo y de habitaciones 24 horas
- Recepción privada
- 6 restaurantes a la carta y 6 bares con bebidas premium
- Servicio de camarero en la piscina y zona VIP de la playa
- Rafa Nadal Tennis Centre
- Acceso gratuito a las zonas húmedas de Zentropia Palladium Spa & Wellness (4832 m2) con las últimas instalaciones y tratamientos corporales
- Acceso a los servicios e instalaciones de los Grand Palladium Hotels & Resorts cercanos
- Con el programa Dine Around, los huéspedes pueden acceder a todos los bares y restaurantes con priority booking.

¿EN QUÉ DESTACAMOS?

- Helios, el mejor beach club estilo ibicenco del Caribe
- Acceso gratuito a cenas con espectáculo en el Chic Cabaret & Restaurant con las actuaciones de más de 20 artistas y afterparty
- Exclusivos programas de entrenamiento en el Rafa Nadal Tennis Centre
- Exquisita gastronomía internacional: Tapeo (cocina española), La Bohème (francesa), El Gaucho (argentina) y Capricho (internacional), entre otros.

Grand Palladium Costa Mujeres Resort & Spa

- 670 habitaciones en primera línea de playa con balcón y bañera hidromasaje.
- Piscinas swim-up en algunas suites.
- 4 piscinas (1 para niños).
- Family Selection.
- Clubs para niños.
- Centro de convenciones de 1500m^2 divisibles en 6 salas de reuniones.
- Rafa Nadal Tennis Centre.
- Anfiteatro con visibilidad de 360º.
- Equipo de entretenimiento POP.
- 7 restaurantes a la carta e islas temáticas self-service y show-cooking.
- 15 bares con bebidas premium, incluyendo un sports bar 24 horas.
- Zentropia Palladium Spa & Wellness (4832m^2) con las últimas instalaciones y tratamientos corporales.

¿EN QUÉ DESTACAMOS?

- Poseidón, un magnifico beach club estilo ibicenco.
- Cena con espectáculo en el Chic Cabaret & Restaurant* con las actuaciones de más de 20 artistas y afterparty.
- Exclusivos programas de entrenamiento para todas las edades en el Rafa Nadal Tennis Centre.
- Family Selection, un hotel dentro del propio hotel con instalaciones y servicios exclusivos para familias.
- Exquisita gastronomía internacional: Portofino (cocina italiana), El Dorado (steakhouse americano), La Adelita (mexicano), Sumptuori (japonés), Chang Tahi (thaí), Boghali (indio).

GRAND PALLADIUM
COSTA MUJERES RESORT & SPA

RAFA NADAL
TENNIS CENTRE
COSTA MUJERES · CANCÚN

Europ Assistance
2020 - 2021
Stay Safe
PLUS
Insurance
Covid Care Guarantee by InterMundial

PROCESS
SGS

Información y reservas:

Tel. +19173412197
Extensión desde la habitación: 88591
sales@rafanadaltenniscentre.com
rafanadaltenniscentre.com

GRAND PALLADIUM
COSTA MUJERES RESORT & SPA

TRS
CORAL
HOTEL

A MEMBER OF
THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD

PALLADIUMHOTELGROUP.COM