



Elite Sport Academy

Tenis - Fútbol - Baloncesto - Golf - Danza

¡Este verano lleva al siguiente nivel tu deporte favorito!

Localización

El curso se realiza en uno de los colegios con más prestigio del país, con unas modernas y magníficas instalaciones. El colegio está situado en un extenso campus, a 22 km al sur de Londres.

Programa académico

- 20 horas de entrenamiento del deporte escogido a la semana
- 12 horas de multi deporte o inglés (opcional) a la semana

El día se distribuye en tres sesiones: de 9:30h a 12:15h se realiza la primera sesión deportiva, después de comer de 14:30h a 15:30h la segunda sesión deportiva y de 16h a 18:30h la tercera sesión donde los estudiantes pueden optar entre asistir a clases de inglés (opcional) o realizar un programa de multi deportes.

Las clases de inglés consisten en 12 horas de inglés por semana focalizadas en la conversación y en la comunicación.

Todos los entrenamientos deportivos se realizan en el propio colegio excepto el golf, que utilizan las instalaciones del Epsom Golf Club.

Tenis: Los entrenamientos están diseñados para que los estudiantes desarrollen todos los aspectos del juego: técnica, táctica, condición física y mental. Las sesiones se concentran en el desarrollo de las habilidades técnicas: volea, resto, drive, revés, primer y segundo servicio... y también se estudian las nuevas técnicas que utilizan los mejores tenistas del mundo, pudiéndolas poner en práctica en los partidos que se realizan entre los participantes.

Fútbol: Los entrenamientos incluyen sesiones intensivas de control del balón, regates, pases, técnicas individuales y de equipo, técnicas específicas para porteros, partidos, sesiones de vídeos, y visitas a estadios famosos y/o asistencia a partidos profesionales.

Baloncesto: Los entrenamientos incluyen instrucción fundamental: mini competiciones (1:1, 2:2 y 3:3), tiro libre, pases, defensa, etc. También se realizarán partidos con equipos locales.

Golf: El programa de Golf se realiza en el Epsom Golf Club, un club privado con más de 100 años de historia. El campo de 18 hoyos se encuentra situado al lado del colegio.

En los entrenamientos se realizan lecciones técnicas con profesionales donde se trabaja el swing, la colocación, la postura, la posición de la bola y el juego corto entre otros. También se organizan torneos con los jugadores jóvenes del club y de otros clubs cercanos. El handicap necesario depende de la semana escogida para realizar el curso.

Danza: El programa de baile se imparte en colaboración con la Dean Academy of Performing Arts ofreciendo una gran variedad de estilos de baile tales como ballet, street jazz y baile contemporáneo entre otros. Las clases incluirán ejercicios de calentamiento y estiramiento así como ejercicios de relajación.

El precio incluye

- 20 horas de entrenamiento del deporte elegido
- 12 horas de multi deporte
- Actividades culturales, lúdicas y deportivas por las tardes y noches
- 1 excursión de día completo a la semana
- Alojamiento en colegio régimen de pensión completa
- 1 monitor de ICE (mínimo 10 estudiantes)
- Supervisión 24 horas

El precio no incluye

- Inscripción ICE (150€ + IVA)
- Clases de inglés (opcional): 80€ por semana
- Billete de avión
- Seguro de viaje y cancelación
- Traslados de ida y vuelta al aeropuerto

Ciudad	Epsom
Edad	10 - 16 años
Tipo de curso	Deporte de Élite
Alojamiento	Colegio
Duración	2 semanas
Fechas	1 julio - 15 julio 2020
Precio	2.434€