



Ciudad	Dover
Edad	10 - 17 años
Tipo de curso	Deporte de Élite
Alojamiento	Colegio
Duración	2 semanas
Fechas	9 julio - 23 julio 2023
Precio	2.857€

Elite Sport Academy

Tenis - Fútbol - Danza

¡Este verano lleva al siguiente nivel tu deporte favorito!

Localización

El curso se realiza en un colegio británico con internado ubicado en Dover, a tan solo 2 hora de Londres.

Está dirigido a chicos y chicas de entre 10 y 17 años de todo el mundo incluido del Reino Unido que practican el deporte escogido con regularidad y con un buen nivel. No está dirigido para aquellos que tengan un nivel principiante.

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.

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.

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.

Actividades

Los estudiantes que no hayan escogido la opción de clases de inglés, practicarán varios deportes de forma lúdica. Los deportes a practicar son: water polo, volleyball, bádminton y natación entre otros.

Por las noches todos los estudiantes participarán en las actividades nocturnas como cine, discoteca y juegos.

Cada jueves se realizará una excursión de día completo, por lo que no habrá sesiones deporte. Se intentará que la excursión esté relacionada, dentro de lo posible, con el deporte que practiquen los alumnos.

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 15 estudiantes)
- Supervisión 24 horas
- Traslados de ida y vuelta al aeropuerto (mínimo 15 estudiantes)
- Vuelo

El precio no incluye

- Inscripción ICE (150€ + IVA)
- Clases de inglés (opcional): 70€ por semana
- Seguro de viaje y cancelación