SPORTING MILANO 3
HEALTH & LIFESTYLE

SCUOLA TENNIS – 4/17 ANNI

La NUOVA Scuola Tennis è pensata per **bambini e ragazzi dai 4 ai 17 anni**, ed è strutturata per accompagnare i giovani allievi nella scoperta e nello sviluppo del gioco del tennis, attraverso un approccio divertente, educativo e graduale.

COSA OFFRIAMO:

- Corsi suddivisi per età e livello
- Programmi personalizzati che uniscono tecnica, gioco, coordinazione motoria
- I nostri istruttori qualificati seguono ogni allievo con attenzione, stimolando la crescita sportiva e personale in un ambiente sicuro, dinamico e motivante.

METODO FITP:

- Metodo didattico FITP (Federazione Italiana Tennis e Padel), per favorire un apprendimento efficace e coinvolgente fin dalle prime lezioni

OBIETTIVI DEL CORSO:

- Sviluppare le abilità motorie e la coordinazione
- Imparare le basi tecniche del tennis
- Promuovere il fair play e il lavoro di squadra
- Stimolare l'autonomia, l'impegno e la fiducia in sé stessi

SPORTING MILANO 3
HEALTH & LIFESTYLE

SPORTING MILANO 3

Piazza Marco Polo snc
20079 - Milano 3 - Basiglio (MI)
02 8965291

INFO E ISCRIZIONI:

Carolina Gatti: 347 6533215
tennis@sportingmilano3.it

www.sportingmilano3.it

FITP FEDERAZIONE ITALIANA TENNIS e PADEL

SPORTING MILANO 3
HEALTH & LIFESTYLE

SCUOLA TENNIS

SOTTO LA DIREZIONE TECNICA DI

MX TENNIS TEAM

STAGIONE
2025-26

Dal 22 settembre 2025 al 29 maggio 2026

Dal mini tennis all'alto livello

UN UNICO PROGETTO

SPORTING MILANO 3
HEALTH & LIFESTYLE

SAT BABY *(nati nel 2020 e 2021)*

1 o 2 sessioni settimanali da 60’ + 1 sessione da 60’ di preparazione atletica
Monosettimanale: € 570 - 640€ *
Bisettimanale: € 780 - € 875 *
Tutti i partecipanti verranno inseriti in un unico livello didattico

SAT KIDS *(nati nel 2017 - 2018 - 2019)*

1, 2 o 3 sessioni settimanali da 60’ + 1 sessione da 60’ di preparazione atletica
Monosettimanale: € 630 - € 700 *
Bisettimanale: € 890 - € 990 *
Trisettimanale: € 1.150 - € 1.280 *
NB: in questa tipologia di corso ci saranno due livelli didattici **(Livello Delfino - Livello Super Delfino)**

SAT JUNIOR *(nati tra il 2008 e il 2016)*

2 o 3 sessioni settimanali da 60’ + 1 sessione da 60’ di preparazione atletica
Bisettimanale: € 1.170 - 1.300 *
Trisettimanale: € 1.440 - 1.600 *
NB: in questa tipologia di corso ci saranno tre livelli didattici **(Livello Cerbiatto, Livello Super Cerbiatto, Livello Cerbiatto Gold)**

Quota associativa annuale: € 35
Incluso tesseramento FITP non agonistico

Tutti i ragazzi dei settori SAT KIDS e SAT JUNIOR parteciperanno ad **una giornata di livellamento** prima di inizio corso, per valutare il livello di gioco.

I CORSI SI SVOLGONO:
Dal Lunedì al venerdì: tra le h. 15 e le h. 19
Sabato mattina: tra le h. 10 e le h. 12

Necessario presentare un **certificato medico** (con ECG) in corso di validità dai 5 anni compiuti

*** Prezzo NON iscritti allo Sporting**

SPORTING MILANO 3
HEALTH & LIFESTYLE

AGONISTICA

Dal 01/09/2025 al 31/07/2026

Corso rivolto a **ragazzi/e con una buona base tecnica,** orientato alla crescita sportiva e alla competizione. Il programma prevede allenamenti strutturati per sviluppare abilità tecniche, tattiche, fisiche e mentali, con supporto personalizzato da parte di tecnici qualificati.

Obiettivo: formare atleti competitivi e giovani sportivi consapevoli, motivati e disciplinati.

In campo: da 2 a 4 allievi a sessione.

Il percorso include:

Allenamenti tecnico-tattici
Preparazione atletica specifica
Campionati a squadre FITP
Supporto mentale e gestione della gara
Possibilità di accompagnamento ai tornei

Frequenza settimanale:

(1h30 tennis + 1h30 atletica a sessione):

3 sessioni: **€ 3.150 - 3.500 ***
4 sessioni: **€ 4.050 - 4.500 ***
5 sessioni: **€ 4.950 - 5.500 ***

Quota associativa annuale: € 50
Incluso tesseramento FITP agonistico

Orari: lun–ven 14.30–17.30 o 16.00–19.00

Extra: allenamenti al sabato (1h30 in 2 giocatori): **€ 30 cad**

Necessario presentare un **certificato medico agonistico** (con ECG) in corso di validità

*** Prezzo NON iscritti allo Sporting**

SPORTING MILANO 3
HEALTH & LIFESTYLE

CORSI ADULTI

Dal 22/09/2025 al 29/05/2026

Percorso pensato per **adulti di ogni età** e livello, per imparare, migliorare o semplicemente divertirsi con il tennis. I gruppi sono formati in base all’esperienza e seguiti da istruttori qualificati, con un approccio graduale e stimolante.

Livelli didattici:

Base – Per chi inizia o riprende dopo una pausa. Lavoro sui fondamentali e conoscenza delle regole.
Intermedio – Per chi ha già esperienza e vuole migliorare tecnica, regolarità e strategie.
Avanzato – Per giocatori esperti interessati a perfezionare tecnica e tattica in chiave competitiva.

Frequenza (1h30 a sessione):

1 volta a settimana: **€ 860 - 960 ***
2 volte a settimana: **€ 1.390 - 1.550 ***

Quota associativa annuale: € 35
Incluso tesseramento FITP non agonistico

Orari: lun–gio 19.00–20.30 o 20.30–22.00

Necessario: certificato medico (con ECG) in corso di validità

*** Prezzo NON iscritti allo Sporting**

EVENTO TV NATALIZIO “CHRISTMAS SHOW”

Tutti corsi nelle settimane **dal 08 al 20/12/2025** potrebbero subire delle modifiche e le eventuali lezioni perse verranno recuperate durante l’anno sportivo.