

CIRCULAR Nº 55 - Temporada 2023/2024

Asunto: CAMPUS DE TECNIFICACION DEPORTIVA – LA GARZA 2024

La Federación Andaluza de Tenis de Mesa organiza el **Campus de Tecnificación Deportiva**, con la colaboración del **RCTM Linares**.

Contaremos con la participación de jugadores de alto nivel y muchas sorpresas.

Todo está preparado para que los asistentes disfruten de una magnífica experiencia deportiva, para ello ponemos a vuestra disposición los mejores medios y cuerpo técnico posible.

Durante el campus practicaremos tenis de mesa, realizaremos actividades de ocio para divertirnos y disfrutar de los momentos de relax.

FECHA y SEDE

Celebración del **29 de julio al 4 de agosto de 2024**.

La recepción de los participantes se realizará a partir de las **16:00 horas del 29 de julio de 2024**, y la recogida tendrá lugar a las **11:00 horas del 4 de agosto de 2024**.

PARQUE DEPORTIVO LA GARZA

Ctra. La Fernandina, Km. 4.5, 23700

Linares (Jaén).

Ver localización en [google-map](#)

El parque Deportivo La Garza cuenta dentro del complejo con todas las instalaciones necesarias para el buen devenir del campus, alojamiento en cabañas, pabellón cubierto donde se realizará los entrenamientos, zonas deportivas exteriores y piscina.

OBJETIVOS

- Corrección de la técnica en general.
- Perfeccionamiento de saques y restos.
- Táctica de juego.
- Ejercicios de calentamiento y estiramientos dirigidos al Tenis de Mesa.

INSCRIPCIÓN y PRECIOS

PLAZAS

Las plazas ofertadas son **50 en pensión completa**.

El campus en pensión completa tiene un coste de **300 €**, que incluye:

- Alojamiento en el Parque de la Garza
- Pensión completa
- Entrenamientos
- Otras actividades de diversión

La forma de pago se podrá realizar de las siguientes formas:

1º. Pago en plazos:

- Plazo 1: **150,00 €** de reserva de plaza al formalizar la inscripción para ambas opciones.
- Plazo 2: **150,00 €** antes del 15 de julio de 2023.

2º. Pago único: 300,00 € junto con la inscripción.

El pago se realiza en la cuenta de la FATM de CAJA RURAL Granada:

CAJA RURAL DE GRANADA

ES96 3023 0165 3152 6743 7605

Indicar en el Concepto **CAMPUS FATM – Nombre completo del deportista**.

La inscripción al campus se realizará remitiendo el Formulario de inscripción junto con el justificante de pago de la reserva o del total del campus al correo electrónico info@fatm.eu

En caso de cancelación antes del 10 de julio de 2024, se devolverá los importes pagados, pasado esa fecha no se devolverá la cantidad de la reserva (150,00 €), como gastos de tramitación y gestión.

CUERPO TÉCNICO

DIRECTORA:

Almudena Roldan, Entrenadora y Directora del RCTM Linares.

ENTRENADORES: Se informará en las próximas semanas.

PROGRAMA GENERAL

09:15 - 10:00 H	DESAYUNO.
10:00 - 13:00 H	SESIÓN DE ENTRENAMIENTO. (Incorporan Sólo entrenamiento)
13:00 - 14:00 H	TIEMPO LIBRE PISCINA.
14:00 - 15:00 H	COMIDA
15:00 - 16:00 H	DESCANSO EN CABAÑAS.
16:00 - 17:30 H	TIEMPO LIBRE PISCINA.
17:30 - 18:00 H	DESCANSO.
18:00 - 20:30 H	SESIÓN DE ENTRENAMIENTO.
20:30 - 21:00 H	DUCHA (Terminan Sólo entrenamiento)
21:00 - 22:00 H	CENA
22:00 - 23:30 H	JUEGOS EN GRUPO

Los horarios se podrán adaptar en función del Campus.

¿QUÉ TENGO QUE LLEVAR?

Para el buen desarrollo del campus será necesario llevar:

- **Para el Aseo**
 - Champú y gel de baño
 - Cepillo de dientes y dentífrico.
 - Peine/Cepillo para el cabello.
 - Toalla de Baño.
- **Para la piscina**
 - Trajes de Baño.
 - Toalla para la piscina.
 - Chanclas.
 - Crema protectora.
- **Calzado**
 - Calzado deportivo cómodo.
 - Calzado específico de Tenis de Mesa.
- **Ropa**
 - Ropa deportiva (2 camisetas por día).
 - Pantalones cortos/faldas.
 - Pijama.
 - Ropa Interior.
- **Otras Cosas**
 - Botella para el agua
 - Gorra.
 - DNI o fotocopia.
 - Tarjeta Sanitaria.