SECCIÓN DE TENIS CAO

centro asturiano de oviedo

Desde la **Sección de Tenis del Centro Asturiano de Oviedo,** intentamos ofrecer cada día una mayor y mejor oferta de actividades para todos los socios del Club. Además de informaciones y actividades de interés, con este **nº 13,** os informamos aparte de las actividades organizadas, un grupo de alumnos de la Escuela realizan una pequeña entrevista a sus padres, como parte indispensable para inculcar los hábitos y valores del deporte en general y del Tenis en particular.

centro asturiano de oviedo

ESCUELA DE TENIS Y PADEL
CENTRO ASTURIANO DE OVIEDO

"CHARLAS FORMATIVAS"

Desde la **Comisión de Deportes del Club**, se organizan periódicamente charlas formativas muy interesantes para todos los socios. En esta ocasión **Álvaro Mendi**, especialista en nutrición nos dará las claves para mejorar nuestro rendimiento.

PLAZAS DISPONIBLES EN LA ESCUELA DE TENIS:

Cada mes publicamos las **plazas disponibles** para la **Escuela de Tenis** y en el supuesto de estar interesados, deberéis solicitar toda la información necesaria en: **escuelateniscao@gmail.com**

A partir del mes de Marzoo las plazas disponibles son:

ESCUELA DE TENIS CAO

centro asturiano de oviedo

Plazas disponibles Marzo

DIA Y HORA	NIVEL	Plazas
Lunes: 17'15h: Niños	**Bola Naranja**	**4**
Martes: 18'15h: Niños	**Bola Naranja**	**2**
Miércoles 17'15h: Niños.	**Bola roja**	**2**
Miércoles 17'15h: Niños.	**Bola punto verde**	**4**
Jueves 18'15h: Niños.	**Bola naranja**	**2**
Viernes 17'15h: Niños.	**Bola punto verde**	**3**
Viernes 17'15h: Niños.	**Bola roja**	**2**
Viernes 18'15h: Niños.	**Perfeccionamiento**	**1**
Sábados 12'15h: Niños.	**Perfeccionamiento**	**4**
Sábados 13'15h: Niños.	**Bola punto verde**	**3**

Bola roja: Se juega desde el cuadro de saque.
Bola naranja: Se juega entre el cuadro de saque y el fondo de pista.
Bola punto verde: Se juega desde el fondo de pista.
Perfeccionamiento: Dominio de todos los golpes.

"TENIS FEMENINO"

Cada año son más las chicas que se incorporan a la Sección de Tenis. A partir de 4 años empiezan con el **Minitenis**, desarrollando sus cualidades físicas básicas, favoreciendo su coordinación y lateralidad así como la relación social con sus iguales. Posteriormente siguen evolucionando y progresando. La Escuela es el siguiente paso que tiene como cúspide el **Grupo de Competición Adarsa** en donde ya se produce una especialización deportiva.

Las chicas más mayores representan al Club en los diferentes equipos federados y se cierra el círculo con nuestras **Legends** que después de muchos años practicando siguen ocupando las pistas por las mañanas.

¿Te animas al Tenis Femenino?

"NO HAY TENISTAS SIN PADRES"

SON UN PILAR FUNDAMENTAL PARA QUE SUS HIJOS REALICEN DEPORTE Y SE FORMEN COMO PERSONAS EN TORNO A LOS VALORES DEL TENIS. DE SU ACTITUD DIARIA FRENTE A LOS AVANCES DE SUS HIJOS Y DE LA MANERA EN LA QUE AFRONTEN LA COMPETICIÓN, DEPENDERÁ LA CONTINUIDAD DE ESTOS EN EL TENIS. EN LA ESCUELA TENEMOS UN GRUPO DE PADRES EJEMPLAR, QUE ACOMPAÑA, ANIMA Y AYUDA A SUS HIJOS Y QUE RESPETA Y APOYA LA LABOR DE LOS TÉCNICOS Y DIRECTIVA. CLUB, ENTRENADORES Y PADRES, COMPARTIMOS LOS MISMOS OBJETIVOS.

UNA REPRESENTACIÓN DE CHICAS DEL GRUPO DE COMPETICIÓN ADARSA, REALIZA UNAS PREGUNTAS A SUS PADRES Y ESTAS SON SUS RESPUESTAS:

El Centro es un Club Social y eminentemente familiar, donde los padres tratan de inculcar los valores del deporte y ofrecerles la posibilidad de disfrutar de todas las actividades que se ofrecen a sus asociados. Un lujo poder disfrutar de una infancia y adolescencia en el Club.

1.- ¿Qué crees que le aporta el Tenis a tu hij@?.
***Marcos y María*:** Ocio y hábitos saludables. Momentos de relax y dar importancia a la disciplina y el esfuerzo. No perder las formas ni la empatía, ni al ganar ni al perder.
Fernando: El Tenis aporta disciplina, compañerismo y compromiso.
Juan*:* A largo plazo tener la posibilidad de practicar un deporte en cualquier momento de su vida. Ahora mismo los beneficios propios de practicar deporte, el grupo de amigas que ha formado con sus compañeras de entrenamiento.
Alejandro: Aparte de la actividad física, le ayuda tanto el tenis como el apoyo psicológico a controlar sus emociones...y a competir de forma sana.
Daniel: Practicar un deporte que no solamente aporta saludsino también valores personales.

2.- Recomendarías la práctica del Tenis a otros padres para sus hijos?.
***Marcos y María*:** Sin duda.
Fernando: Sí, lo recomiendo mucho por lo dicho anteriormente.
Juan*:* Si.
Alejandro: Indudablemente sí.
Daniel: Sin dudarlo. Es un deporte muy divertido y donde siempre se está mejorando.

PRÓXIMOS EVENTOS

Durante el mes de Marzo:

- Del 4 al 12 de marzo**, Campeonato de Asturias Juvenil por Equipos.**
- Comienzo de la segunda fase de la **Liga Social TnsKids 23,** con 84 peques inscritos.
- **Campeonato de Asturias Cadete por Equipos**, el 10 y 11 de Marzo en La Morgal.
- 3º fase de la **Liga Social Absoluta.**

tenis@caoviedo.es

centro asturiano de oviedo

tnscao

3.-¿Qué es lo que más valoras de la Escuela de Tenis y que echas en falta?.

Marcos y María: Lo que más nos gusta es que es Escuela Deportiva, pero sobre todo Escuela de personas y que construye Club, porque a través del Tenis, nuestras hijas disfrutan del Cao de otra manera.

Fernando: Lo que más valoro la flexibilidad y el trato personal, el ambiente y el esfuerzo de todos los entrenadores y la Dirección. Echo en falta grupos más reducidos, pero entiendo la situación y que es muy difícil por la cantidad de gente que hay en la Escuela.

Juan: Lo que más valoro es el buen ambiente y el sentido de pertenencia al Club que crean los profesores. Echo de menos una mejor planificación de actividades para los días de lluvia.

Alejandro: Lo que más valoro es el buen ambiente y el que se forman no solo tenistas, también personas. Echo en falta un poco más de incidencia en la parte física.

Daniel: Lo que más valoro es el fomentar el espíritu de equipo y se podría fomentar alguna jornada de tenis familiar.

4.- ¿Cuál crees que debería de ser el papel de los padres en la práctica deportiva?.

Marcos y María: Incentivar y favorecer en todo momento para que nuestros hijos hagan deporte.

Fernando:No presionar a los niños y hacerles ver que es importante el deporte, las relaciones alrededor del Tenis, no valorar solamente el ganar y confiar en el criterio de los entrenadores.

Juan: Poner los medios y fomentar la práctica de cualquier deporte durante los años escolares. A partir de ahí, ya decidirán ellos.

Alejandro: El apoyo y la motivación.

Daniel: Acompañarles en su desarrollo deportivo y personal para fomentar siempre la salud y deportividad.

5.- Y ¿tú? ¿Eres padre/madre tenista o espectador/a?

Marcos y Maria:Padre deportista y madre espectadora (del padre y de las niñas).

Fernando y Marta: Padre y madre tenista.

Juan: Padre tenista.

Alejandro: Padre espectador.

Daniel: Padre Tenista y sin tener mucho nivel, disfruto mucho de su práctica.

tnscao