



Campus PADEL ZARAGOZA

29 DE JUNIO AL 31 DE JULIO

LUGAR | EL CAMPUS TIENE LUGAR EN LAS INSTALACIONES DE PÁDEL ZARAGOZA, DONDE SE DESARROLLAN TODAS LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS, JUEGOS DE AGUA, TALLERES Y DINÁMICAS INCLUIDAS EN LA PROGRAMACIÓN.

PROGRAMACIONES

SEGÚN LA MODALIDAD ELEGIDA, LAS MAÑANAS INCLUYEN JUEGOS DEPORTIVOS, ENTRENAMIENTOS TÉCNICOS, PARTIDOS, TALLERES, GYMKANAS Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS (EN EL CLUB), SIEMPRE ADAPTADAS POR EDADES Y NIVELES.

PRECIOS: 1 SEMANA 135€ | 2 SEM. CONSECUTIVAS 120€ | +2 SEM. CONSECUTIVAS 110€

AMPLIACIÓN DE HORARIO: MADRUGADORES DESDE LAS 8:30 H +5 €/DÍA
OPCIÓN DE COMIDA (14:00 A 16:00 H) +8 €/DÍA

EDADES: 5 A 8 AÑOS: CAMPUS MULTIDEPORTE | 9 A 12 AÑOS: CAMPUS ESPECÍFICO DE PÁDEL
13 A 16 AÑOS: CAMPUS ESPECÍFICO DE PÁDEL

PARA CUALQUIER CONSULTA O DUDA

RECEPCION@PADELZARAGOZA.ES

ÍNDICE

PLANING CAMPUS 2025.....	2
OPCION 1: MULTIDEPORTE	2
OPCIÓN 2: PADEL	3
GRUPOS POR EDAD Y NIVEL.....	4
TARIFAS SEMANALES.....	4
SERVICIOS ADICIONALES	4
MENÚ SEMANAL DE COMIDAS – CAMPUS DE VERANO	5
NORMATIVA DE ENTREGA DEL MENOR:.....	6
NORMATIVA DE RECOGIDA:.....	6
NORMATIVA CAMPAMENTOS PADEL ZARAGOZA:	7

PLANING CAMPUS 2026

OPCION 1: MULTIDEPORTE

9:30 - 10:30 h | Multideporte

Comenzamos activando el cuerpo y mente con una sesión de juegos variados.

- ✓ Objetivo: Calentamiento general, despertar físico, fomentar la socialización y la coordinación global.
- Mini fútbol
- Baloncesto
- Dodge Ball
- Circuitos de habilidades motrices
- Juegos de relevos y cooperativos

10:30 - 11:30 h | Multideporte/Pádel

Dependiendo del grupo o del día, se alternan actividades para mantener la variedad.

- ✓ Objetivo: Introducir conceptos básicos de pádel de forma divertida y seguir con los hábitos saludables a través del juego.
- Para unos grupos: Pádel divertido con juegos técnicos adaptados (globos, precisión, juegos con red baja, etc.)
- Para otros: continuidad con juegos multideportivos dinámicos.

11:30 - 12:00 h | Almuerzo

Opción de que se traigan los alumnos .

12:00 - 13:00 h | Entrenamiento de Pádel

Sesiones organizadas por niveles y edades para trabajar:

- ✓ Objetivo: Mejorar el nivel de pádel de forma lúdica.
- Técnica básica y avanzada (según nivel)
- Coordinación específica
- Juegos por parejas
- Mini-retos y partidos dirigidos

13:00 - 14:00 h | Juegos de agua/Escapes Rooms/Gymncanas/Talleres de cocina.

- ✓ Objetivo: Divertirse, y cerrar el día de manera divertida.
- Juegos con globos de agua
- Pistas deslizantes
- Juegos de mesa
- Escapes Rooms por equipos.
- Crear galletas, bizcochos...

OPCIÓN 2: PADEL

9:30 – 10:00 h | Preparación física específica de pádel

Calentamiento activo diseñado especialmente para el pádel:

- ✓ Objetivo: Prevenir lesiones, mejorar la condición física y preparar el cuerpo para el entrenamiento técnico.
- Movilidad articular y estiramientos dinámicos
- Juegos de coordinación, agilidad y reacción
- Trabajo de pies y desplazamientos laterales

10:00 – 11:30 h | Entrenamiento técnico-táctico en pista

Sesión intensa y estructurada de entrenamiento en pista, adaptada por niveles y edades.

- ✓ Objetivo: Mejorar el rendimiento de los participantes a través de ejercicios específicos y divertidos que desarrollen su técnica y comprensión del juego.
- Técnica de golpes (drive, revés, volea, bandeja, remate...)
- Colocación y desplazamientos
- Trabajo Táctico
- Corrección individualizada

11:30 – 12:00 h | Almuerzo

Opción de que se traigan los alumnos .

12:00 – 13:00 h | Partidos y situaciones reales de juego

Trabajo centrado en situaciones de bola viva.

- ✓ Objetivo: Aplicar técnica y táctica en un entorno competitivo y lúdico, reforzando la toma de decisiones y el juego en equipo.
- Mini partidos por niveles
- Situaciones tácticas dirigidas (2 vs 2, puntos condicionados...)
- Juegos por equipos
- Torneos

13:00 - 14:00 h | Juegos de agua/Escapes Rooms/Gymnancas/Talleres de cocina.

- ✓ Objetivo: Divertirse, y cerrar el día de manera divertida.
- Juegos con globos de agua
- Pistas deslizantes
- Juegos de mesa
- Escapes Rooms por equipos.
- Crear galletas, bizcochos...

GRUPOS POR EDAD Y NIVEL

Distribución orientativa, sujeta a cambios según criterio técnico del equipo

- **5 a 8 años** → Campamento Multideporte.
- **9 a 12 años** → Campamento específico Pádel.
- **13 a 16 años** → Campamento Específico de Pádel.

TARIFAS SEMANALES

- **1 semana** → 135 €/semana
- **2 semanas consecutivas** → 120 €/semana
- **3 semanas o más** → 110 €/semana

SERVICIOS ADICIONALES

- **Opción de entrega temprana** (desde las 8:30 h) → +5 €/día
- **Opción de comida** (de 14:00 a 16:00 h) → +8 €/día

MENÚ SEMANAL DE COMIDAS – CAMPUS DE VERANO

LUNES

- Guisantes salteados con jamón
- Salchichas frescas con patatas
- Fruta del día

MARTES

- Garbanzos de ayuno (plato tradicional suave y nutritivo)
- Merluza a la romana
- Yogur

MIÉRCOLES

- Judía verde con patatas
- Albóndigas de ternera con salsa de tomate
- Fruta del día

JUEVES


- Macarrones a la boloñesa
- Albóndiga de pescado en salsa verde
- Yogur

VIERNES

- Arroz tres delicias
- Hamburguesa casera
- Postre para elegir: yogur o fruta

Información importante sobre alimentación

Para garantizar la seguridad y el bienestar de todos los participantes durante el campus, es imprescindible que, en el momento de la inscripción, **nos informéis de cualquier alergia, intolerancia alimentaria o peculiaridad relacionada con la alimentación de vuestros hijos/as** (como si no comen ciertos alimentos, si siguen una dieta específica, etc.). Esta información nos ayudará a adaptar los menús en caso necesario y a extremar las precauciones durante las comidas, evitando cualquier riesgo innecesario.

 Por favor, no olvidéis indicarlo en la ficha de inscripción o comunicárnoslo directamente al personal del club.

NORMATIVA DE ENTREGA DEL MENOR:

- La hora de inicio de la actividad será a partir de las 9:30h, por lo que previo a esa hora los participantes en el campamento deberán haber acudido a la instalación.
- La entrega se realizará en la recepción del centro, en el espacio delimitado para la entrega y el menor deberá ir acompañado del padre/madre o tutor legal que lo vaya a entregar.
- En caso de que la entrega o recogida la vaya a realizar una persona diferente a ellos, deberá estar autorizada en la hoja de inscripción.
- En caso de dejar al menor solo antes de la hora de inicio de la instalación, la entrega se realizará en la recepción del centro con previo aviso de la contratación de una hora de “guardería” en la que un técnico se hará cargo de él, con un coste de servicio de 5€ y siendo la hora primera de entrega las 8:30 am.
- El menor deberá traer al campus, al menos, lo siguiente:
 - Botella de agua
 - Gorra
 - Ropa apropiada para los juegos acuáticos
 - Ropa de cambio
 - Ropa y calzado deportivo para las actividades
 - Crema solar
 - Autorización para dar medicamentos, en caso de que fuera necesario por prescripción médica.
 - Recomendable al menos una pieza de fruta para consumir a media mañana
- En caso de llegar tras la hora de inicio de la actividad, el menor se quedará en la recepción, a cargo del personal del club, hasta que su responsable del día pueda venir a recogerlo a la instalación o el trabajador de recepción pueda acompañarlo hasta el lugar en que se encuentre su grupo. En ningún caso el menor se dirigirá solo hasta las instalaciones deportivas.
- La entrega debe realizarse DENTRO de las instalaciones del club, nunca en el aparcamiento.

NORMATIVA DE RECOGIDA:

- La recogida se realizará en la recepción del club, siempre dentro de la instalación
- El menor no abandonará el recinto hasta que se haya comprobado que le recoge un adulto autorizado para ello en su hoja de inscripción
- En caso de que la recogida se retrase más de 15 min, se procederá a contratar automáticamente una hora de “guardería” en la que un técnico se hará cargo del menor hasta que un tutor autorizado lo recoja, con un coste de 5€/hora.
- Este servicio puede ser contratado previamente en caso de ser necesario.

LOS MENORES NUNCA ABANDONARÁN EL RECINTO DE PÁDEL ZARAGOZA NI ESTARÁN SOLOS EN NINGÚN MOMENTO. SIEMPRE HABRÁ UN MONITOR RESPONSABLE CON ELLOS.

EL GRUPO DE 5-8 AÑOS TENDRÁ ASIGNADO UN MONITOR QUE ESTARÁ CON ELLOS SIEMPRE, REALIZANDO TODAS LAS ACTIVIDADES.

NORMATIVA CAMPAMENTOS PADEL ZARAGOZA:

- NUNCA SE ABANDONA LA INSTALACIÓN NI SE SALE DE LA ZONA PREPARADA PARA LA REALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES SIN SUPERVISIÓN DE UN RESPONSABLE. HACERLO SUPONDRÁ UN MOTIVO DE EXPULSIÓN.
- ES OBLIGATORIO EL USO DE GORRA Y ROPA APTA PARA EL AGUA, ASÍ COMO TRAER UNA MUDA PARA CAMBIARSE TRAS LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS.
- EN CASO DE NECESIDADES ESPECÍFICAS EN CUANTO A ALIMENTACIÓN O MÉDICAS, DEBERÁ AVISARSE A LA ORGANIZACIÓN EN EL MOMENTO DE LA INSCRIPCIÓN.
- LA ORGANIZACIÓN ASEGURA QUE SE CUMPLIRÁN LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD Y SANITARIAS PUBLICADAS EN EL BOE O DESDE SANIDAD. LA ORGANIZACIÓN SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LIGERAMENTE SUS ACTIVIDADES CON EL OBJETIVO DE CUMPLIR ESTRÍCTAMENTE CUALQUIER MEDIDA SANITARIA O DE SEGURIDAD.