



TENISOWA PORTUGALIA

*Duża dawka tenisa, piękne plaże, duuużo słońca i bajeczne klify Algarve!
Po naszej cudownej kwietniowej wizycie w Carvoeiro postanowiliśmy
tu wrócić w październiku!*

14-21 PAŹDZIERNIKA 2024



PROGRAM

- **Dzień 1:** Przelot z Krakowa do Faro. Po przylocie transfer do ośrodka, zameldowanie i kolacja integracyjna.
- **Dni 2-7:** Przede wszystkim tenis! Codzienne treningi, sparingi i sunset tennis. W planie też dużo plażowania, spacerów i podziwianie pięknych zachodów słońca. Przedostatniego dnia rozegramy turniej Relaksmisja Open z atrakcyjnymi nagrodami.
- **Dzień 8:** Po śniadaniu transfer na lotnisko i przelot powrotny do Krakowa.



ZAKWATEROWANIE - ROCHA BRAVA VILLA RESORT

Zamieszkamy w ośrodku **Rocha Brava Villa Resort**, w regionie Algarve, tuż przy miejscowości Carvoeiro. Ośrodek położony jest na uroczym portugalskim klifie. Od lotniska Faro będzie nas dzieliło ok. 45 km.

Zameldujemy się w przestronnych 4-osobowych apartamentach z dwoma sypialniami. W jednej z nich znajduje się łóżko podwójne, a w drugiej dwa pojedyncze. Ponadto każdy apartament posiada: łazienkę, kuchnię, salon, balkon i pralkę.

Na terenie ośrodka są: 3 baseny, siłownia, restauracja, bar i przede wszystkim 4 korty tenisowe (nawierzchnia hard). Na zakupy nie trzeba będzie nigdzie jeździć, bo na miejscu jest dobrze wyposażony supermarket.

W okolicy jest sporo pięknych plaż, a dla fanów golfa 500 m od ośrodka znajduje się pole golfowe Vale do Milho.



TRENINGI I SPARINGI TENISA

Przed nami spora dawka tenisa!!

Grać będziemy na kortach **Rocha Brava Raquet Club**, mieszczących się na terenie naszego ośrodka. Znajdują się tu 4 piękne korty tenisowe (nawierzchnia hard).

- **Codzienne poranne treningi (1,5h)** w grupach 3-4 osobowych. Szkolenie techniczne: doskonalenie uderzeń z elementami taktyki. Przygotowanie motoryczne: rozwinięcie siły, mocy i wytrzymałości
- **Codzienne popołudniowe sparingi (1,5 h)**
- **2x sunset tennis** - integracyjne odbijanie piłeczki przy zachodzie słońca
- Szkolenie przewidujemy **na każdym poziomie zaawansowania** - od dzieci, przez początkujących i średnio-zaawansowanych po zawodników
- **Pickleball**
- Trenować nas będzie jeden z naszych doświadczonych trenerów
- Przez cały pobyt będziecie mogli bezpłatnie korzystać ze sprzętu **Wilsona**
- Pod koniec obozu rozegramy turniej **Relaksmisja Open** z bardzo atrakcyjnymi nagrodami!





PRZELOTY

Ryanair

14 października: Kraków-Faro 18:10-21:00 (czas lotu: 4 h)

Ryanair

21 października: Faro-Kraków 12:55-17:45 (czas lotu: 3 h 50 min)



CENA: 2950 PLN

CENA ZAWIERA:

- 7 noclegów
- transfery lotnisko-hotel-lotnisko
- codzienne treningi tenisa (1,5 h)
- codzienne sparingi (1 h)
- 2x sunset tennis - gierki o zachodzie słońca
- opiekę pilota i trenera
- sprzęt Wilsona do dyspozycji
- ubezpieczenie podróżne
- niespodzianki od Relaksmisji

CENA NIE ZAWIERA:

- przelotów (ok. 700 zł + wybrany bagaż)
- wyżywienia
- zwiedzania
- ewentualnej dopłaty do pokoju jednoosobowego (ok. 700 zł)