

## INTRODUCCIÓ:

Curs d'iniciació al pàdel per a gent sense experiència prèvia.

## OBJECTIUS:

- Descobrir un deporte con implemento donde pueden competir de de forma simultanea mujeres, hombres, mayores y jóvenes  
- Conocer los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios.
- Reconocer la necesidad de un calentamiento y una vuelta a la calma.  
- Conocer la instalación específica ( pista ,cristales , rejilla ,...

## CONTINGUTS:

La pista

-El reglament

-Pala i pilotes

-Cops bàsics

-Modalitats

-Sistemes de competició (Torneigs, rànquings...).

- Presentació Powerpoint

- Classe pràctica amb diverses formes de jugades, activitats de familiarització i descobriment guiat.

## PROFESSORAT:

Jaume Joan Segura Miró.



Govern  
de les Illes Balears

Delegació de la Presidència  
per a l'Esport



## Pla de formació 2010/2011

### Àrea temàtica:

Activitat Recreació i esport

Data: 8 i 9 de Maig

### Duració:

6 hores teòrico-pràctiques

### Lloc:

Poliesportiu Príncipes de España i  
les practiques en el duetsport

### Preu de la jornada:

20 euros

### Inscripcions:

via telefònica al 971 43 17 27



Escola Balear  de l'Esport

## Pla de formació 2010/2011

# CURS D'INICIACIÓ AL PADEL

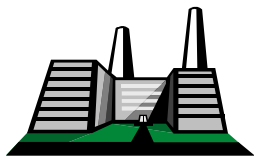


## Título interior principal

La información más importante se incluye aquí, en los paneles interiores. Utilice estos paneles para presentar su organización y describir los productos y servicios específicos. Este texto debe ser breve y despertar la curiosidad del lector por saber más acerca del producto o servicio.

Puede utilizar títulos secundarios para organizar el texto y facilitar su lectura.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nostrud exerci tution ullam consequat facilisi ut lacreet dolore magna aliquam



Pie de imagen o gráfico.

erat volutpat. Ut wisis enim ad minimuis nostrud exerci tution ullamcorper suscipit lobortis nisl ut aliquip ex ea commodo consec tetuer adipiscing elit, sed diam nonummy.

### Título secundario

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore consec tetuer adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore magna aliquam erat



Pie de imagen o gráfico.

amet, consectegna aliquam erat.

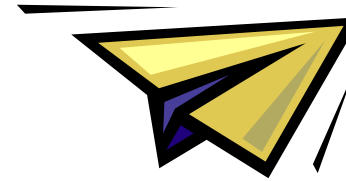
Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore magna aliquam era. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore magna aliquam era. Lorem ipsum dolor

sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore magna aliquam era.

### Título secundario

Lorem sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore magna aliquam erat amet, consectetur adipiscing elit, se diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacree dolore magna aliquam erat Lorem ipsum dolor sit amet, onummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore mag tincidunt ut lacreet dolore magna aliquam erat Lorem ipsum dolor sit amet.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore consec tetuer adipiscing elit, sed diam nonummy nibh euismod tincidunt ut lacreet dolore magna aliquam erat amet, consectegna aliquam erat. Lorem ipsum dolor.



Pie de imagen o gráfico.

### Pla de formació 2010/2011

Dirección del trabajo principal  
Línea 2 de dirección  
Línea 3 de dirección  
Línea 4 de dirección