

PROGRAMAS
ADULTOS & JUNIORS
PUNTA CANA



TENIS Y VACACIONES
EN EL PARAISO DE PUNTA CANA

El Rafa Nadal Tennis Center es una línea de centros deportivos, inspirados en la Rafa Nadal Academy by Movistar (situada en Mallorca, España), ubicados en un entorno de resorts y complejos vacacionales de alta categoría en destinos punteros a nivel internacional.

Con unas impresionantes instalaciones deportivas y con una gran oferta de programas de tenis y pádel para niños y adultos, Rafa Nadal Tennis Center ofrece una experiencia inolvidable para los amantes del deporte, que se sumergirán en un ambiente profesional con el mejor equipo técnico del mundo.

En el Rafa Nadal Tennis Center Punta Cana los jugadores podrán entrenar con la misma metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar, mientras disfrutan de unas espectaculares vacaciones en la República Dominicana.

Nuestra metodología se basa en un sistema de formación exclusiva diseñada a partir de la experiencia adquirida por Rafa Nadal y su equipo técnico durante todos estos años de aprendizaje en el circuito ATP.



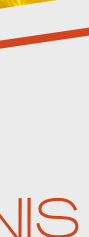
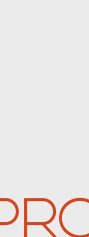
PROGRAMAS
ADULTOS & JUNIORS

· Todos los programas se adaptan a las diferentes estancias, con la opción de 1 día o más (no necesariamente tienen que ser días consecutivos).

· Las clases se imparten de lunes a sábado.

· El Rafa Nadal Tennis Center ofrece programas para todas las edades y todos los niveles, desde principiantes hasta jugadores con nivel avanzado o pro.

PREMIUM TENNIS PROGRAM

 PARA ADULTOS (+18 AÑOS) Y JUNIORS (8 A 17 AÑOS)	 TODOS LOS NIVELES	 RATIO PISTA/JUGADOR 1:1
---	---	---

Si buscas una experiencia de tenis exclusiva y totalmente personalizada, ¡este es tu programa!

El Premium Tennis Program es un programa que se adapta a las preferencias del jugador y es impartido por los entrenadores del Rafa Nadal Tennis Center con la metodología de entrenamiento de la Rafa Nadal Academy by Movistar. Nuestra metodología se basa en un sistema de formación exclusiva diseñada a partir de la experiencia adquirida por Rafa Nadal y su equipo técnico durante todos estos años de aprendizaje en el circuito ATP.

Este programa tiene como objetivo la mejora del juego técnico y táctico con sesiones completamente adaptadas a los diferentes niveles y necesidades. Las sesiones se desarrollan bajo un objetivo de entrenamiento diario, definido previamente entre el jugador y el entrenador. Todas las clases son privadas, es decir, 1 jugador por entrenador, permitiendo optimizar el aprendizaje y mejorar cada uno de los aspectos del juego a lo largo del programa.

OBJETIVO Maximizar las fortalezas y minimizar las debilidades del jugador, mejorando su rendimiento en el tenis.	INCLUYE · 2 horas de tenis al día. · Intensidad adaptada a la preferencia del jugador.
---	--



TENNIS PROGRAM

¿Quieres compartir tu experiencia con jugadores de todo el mundo?

En el Total Tennis Program los jugadores mejorarán su nivel de tenis con un entrenamiento en grupo adaptado a su nivel.

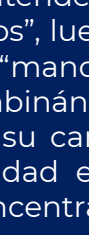
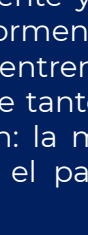
Los entrenadores del Rafa Nadal Tennis Center realizan una prueba de nivel a todos los jugadores al comienzo del programa para asignarles un grupo de entrenamiento acorde a su nivel de juego. Todos los entrenamientos se imparten con la metodología de la Rafa Nadal Academy by Movistar.

 PARA ADULTOS (+18 AÑOS) Y JUNIORS (10 A 17 AÑOS)	 DESDE BAJO INTERMEDIO HASTA AVANZADO	 RATIO PISTA/JUGADOR 1:4
--	--	---

OBJETIVO Mejorar el juego técnico-táctico y disfrutar de una experiencia de entrenamiento junto a tenistas de todo el mundo.	INCLUYE · 2 horas de tenis al día. · Intensidad adaptada al nivel del grupo.
---	--



TOTAL TENNIS DOUBLES PROGRAM

 PARA ADULTOS (+18 AÑOS)	 DESDE BAJO INTERMEDIO HASTA AVANZADO	 RATIO PISTA/JUGADOR 1:4
---	--	---

¿Te gustaría vivir una gran experiencia junto con tus compañeros de equipo?

El Total Tennis Doubles Program ha sido creado para los jugadores que habitualmente compiten en la modalidad de dobles y desean mejorar su juego y su técnica mientras aprenden nuevas estrategias. La metodología de entrenamiento se llevará a cabo con situaciones reales de competición.

Este programa tiene como objetivo la mejora de todas las áreas del juego, aunque se dará especial importancia al entrenamiento de la cobertura de red, el ataque a la red y la selección de golpes inteligentes, fundamentales en la competición por equipos.

Los participantes podrán combinar los entrenamientos con partidos reales para optimizar su aprendizaje y aprovechar al máximo su experiencia en el Rafa Nadal Tennis Center.

OBJETIVO Mejora de la técnica, la táctica y la estrategia de la pareja de dobles. Compartir una experiencia de entrenamiento que ayudará a aumentar la comprensión entre ambos durante la competición.	INCLUYE · 2 horas de tenis al día. · Intensidad adaptada al nivel del grupo.
---	--



HOLIDAY CAMPS

 PARA JUNIORS (10 A 17 AÑOS)	 DESDE INTERMEDIO HASTA AVANZADO	 RATIO PISTA/JUGADOR 1:4	 DURACION 6 DÍAS
---	---	---	---

OBJETIVO Mejorar el juego técnico-táctico y disfrutar de una experiencia de entrenamiento junto a tenistas de todo el mundo.	INCLUYE · 19,5hrs de entrenamiento de tenis (ratio pista/jugador es 1:4) · 6hrs de preparación física · 6hrs de actividades "Building a Champion" · Diploma de asistencia al Camp · Energy break y almuerzo	HORARIO · 9-10am: Fitness · 10-11am: Building a Champion · 11am-1pm: Entreno de tenis · 1-2:30pm: Almuerzo · 2:30-4pm: Entreno de tenis
---	--	--

*El programa terminará a la 1:00pm el último día.

¿Quieres tener una experiencia de tenis de alto rendimiento?

En las sesiones de entrenamiento se trabajarán todos los aspectos determinantes en el juego como la técnica, la táctica, la condición física y la mentalidad competitiva entre otros, siempre combinado con actividades lúdicas y recreativas en un entorno inigualable como es el paraíso dominicano.

PROXIMAS FECHAS

- **Easter Camp:** 30 de Marzo al 4 de Abril, 2026
- **Summer Camp:** 10 de Agosto al 15 de Agosto, 2026
- **Christmas Camp:** 21 de Diciembre al 26 de Diciembre, 2026



CLASES PRIVADAS
TENIS Y PADEL

 TODAS LAS EDADES (+5 AÑOS)	 TODOS LOS NIVELES	 RATIO PISTA/JUGADOR DE 1:1 A 1:4
--	---	--

Las clases privadas se imparten a alumnos de todas las edades (mínimo 5 años) y se adapta a todos los niveles de juego.

Se ofrecerán diferentes paquetes para clases individuales o de grupo (máximo 4 personas) adaptadas a las necesidades de cada uno de ellos.

OBJETIVO Mejorar las fortalezas y minimizar las debilidades de cada jugador, mejorando su rendimiento de tenis y condición física.



Nuestro sistema de entrenamiento se actualiza regularmente debido a la constante evolución de la industria del tenis, aplicando constantes mejoras en los materiales que más influyen en la velocidad del juego (raquetas, cordajes, pelotas...) y a la evolución de los diferentes métodos de entrenamiento (especialmente la preparación física y los trabajos sobre habilidades mentales), los cuales han ayudado a que en el circuito profesional podamos ver jugadores cada vez más fuertes, rápidos y ágiles.

NUESTRO ADN
EN PISTA

RECONOCIMIENTO Y ANTICIPACIÓN

· Entendemos en la Academia que el tenis del presente y del futuro se juega primero con los "ojos", luego con la "mente", posteriormente con las "piernas" y finalmente con las "manos".

· En los programas aplicamos sistemas de entrenamiento orientados en esta dirección para preparar al jugador a anticiparse y a tomar la iniciativa en el juego. Aptitudes como la movilidad, el carácter ganador, la intensidad en el entrenamiento y en el partido, la mentalidad competitiva y la concentración serán las bases de nuestros entrenamientos.

PACIENCIA Y RESISTENCIA

· Durante los entrenamientos ayudaremos al jugador a desarrollar paciencia, resistencia y consistencia desde la línea de fondo para superar a sus oponentes.

ESFUERZO Y POTENCIA

· Ayudaremos al jugador a construir un estilo de juego sólido basado en el esfuerzo donde cualquier situación defensiva pueda convertirse en una oportunidad ofensiva generando potencia en posiciones forzadas.

GESTIÓN DEL RIESGO Y CONOCIMIENTO TÁCTICO

· La defensa y el ataque siempre están entrelazados en el tenis, y es esta transición instantánea de una posición defensiva a una posición ganadora, lo que hace del tenis un deporte tan emocionante. Aprender a diferenciar ambas posiciones y tomar las decisiones adecuadas será clave para que el jugador pueda maximizar su potencial.

NUESTRAS
INSTALACIONES

- 5 PISTAS DE TENIS RÁPIDAS
- 4 PISTAS DE PÁDEL
- 6 PISTAS DE PICKLEBALL
- GIMNASIO Y VESTUARIOS

- RAFA NADAL SHOP
- CAFETERIA
- TROFEOS DE RAFA NADAL

QUÉDATE CON
NOSOTROS

El complejo de hoteles Meliá en Punta Cana agrupa varias propiedades en primera línea de playa en Bávaro, diseñadas para cubrir distintos perfiles de huéspedes bajo una experiencia de Todo Incluido, con servicios ideales para disfrutar en familia, pareja o con amigos.

ZEL
Punta Cana

ZEL PUNTA CANA

ZEL Punta Cana es una innovadora propuesta de estilo de vida mediterráneo lanzada por Meliá junto a Rafa Nadal. Este resort todo incluido apuesta por un diseño abierto, contemporáneo y acogedor, ideal para quienes buscan una experiencia vibrante, relajada y moderna.

- Suites con jacuzzi exterior o swim-up, diseñadas para el confort y el descanso.
- Beach Club, restaurantes y SPA AUA.
- Inspiración mediterránea en la decoración, gastronomía y filosofía de servicio.
- Actividades deportivas y entrenamiento diario.

INFORMACIÓN Y RESERVAS:

t. (+1) 9173 412.197

sales.puntacana@rafanadaltenniscenter.com

puntacana.rafanadaltenniscenter.com