

Centro de alto rendimiento deportivo

- Preparación y programación de temporada, técnica, táctica, física y competitiva.
- Programación y control del trabajo por ordenador.
- Control y seguimiento en competición.
- Coach.
- Preparación física específica.
- Controles médico-deportivos, dietéticos y psicológicos.
- Stages, periódicos o permanentes.
- Residencia y colegio en el mismo centro.
- Tutores pedagógicos.
- Máxima disciplina
- Estudio de idiomas.
- Captura del movimiento y análisis Biomecánico en 3D.

Specialized sports training centre

- Season training and planning: Technique, tactic, physical and competitive.
- Planning and work controlled by computers.
- In-competition control and monitoring.
- Coaching.
- Specific physical training.
- Sports, nutritional, medical and psychological control.
- Short and long stages.
- School and Residence in the club.
- Pedagogic tutors.
- High discipline.
- Language study.
- Capture of movement and Biomechanical analysis in 3D.

Equipamientos Facilities



- 7 pistas de tierra.
7 clay courts.
- 11 pistas de Green Set.
11 Green Set courts.
- Centro de captura Biomecánico.
Biomechanical capture centre.
- Gimnasio totalmente equipado.
Gym, massage and physiotherapy room.
- Enfermería, sala de masajes y Fisioterapia.
Infirmary, massage room and physiotherapy.
- Residencia para 60 alumnos.
Residence for 60 players.
- Aulas de estudios.
Classrooms.
- Cafetería y restaurante.
Coffee shop and restaurant.
- Salas de estar de juegos y de vídeo.
Leisure rooms: games and video set.
- Piscina 25 x 12m.
A 25 x 12m, swimming pool.

Los resultados hablan por nosotros

Hasta la fecha (junio 2002)

2 títulos de Roland Garros y una final; 1 medalla de plata Olímpica; 2 títulos Super 9 y 5 finales; 26 torneos ATP Tour; 13 torneos WTA; 19 Torneos Challenger; 7 Campeonatos de España Absolutos; 1 Campeonato del Mundo Infantil; 1 Campeonato de España Infantil (Individual y dobles); 7 campeonatos de España Junior y numerosos subcampeonatos.
Dos jugadores entre los Top Ten.
Diez jugadores entre los Top 100.

The results speak for us

Up to June 2002

2 Roland Garros prizes and one final; an Olympic Silver Medal; 2 Super 9 titles and 5 finals; 26 ATP-Tour Tournaments, 13 WTA Tournaments; 19 Challenger Tournaments; 7 Spanish championships, one children world championship; one children Spain championship (single and double); 7 Junior Spain championship; and many more sub-championships.
Two players among the Top Ten.
Ten players among the Top 100.



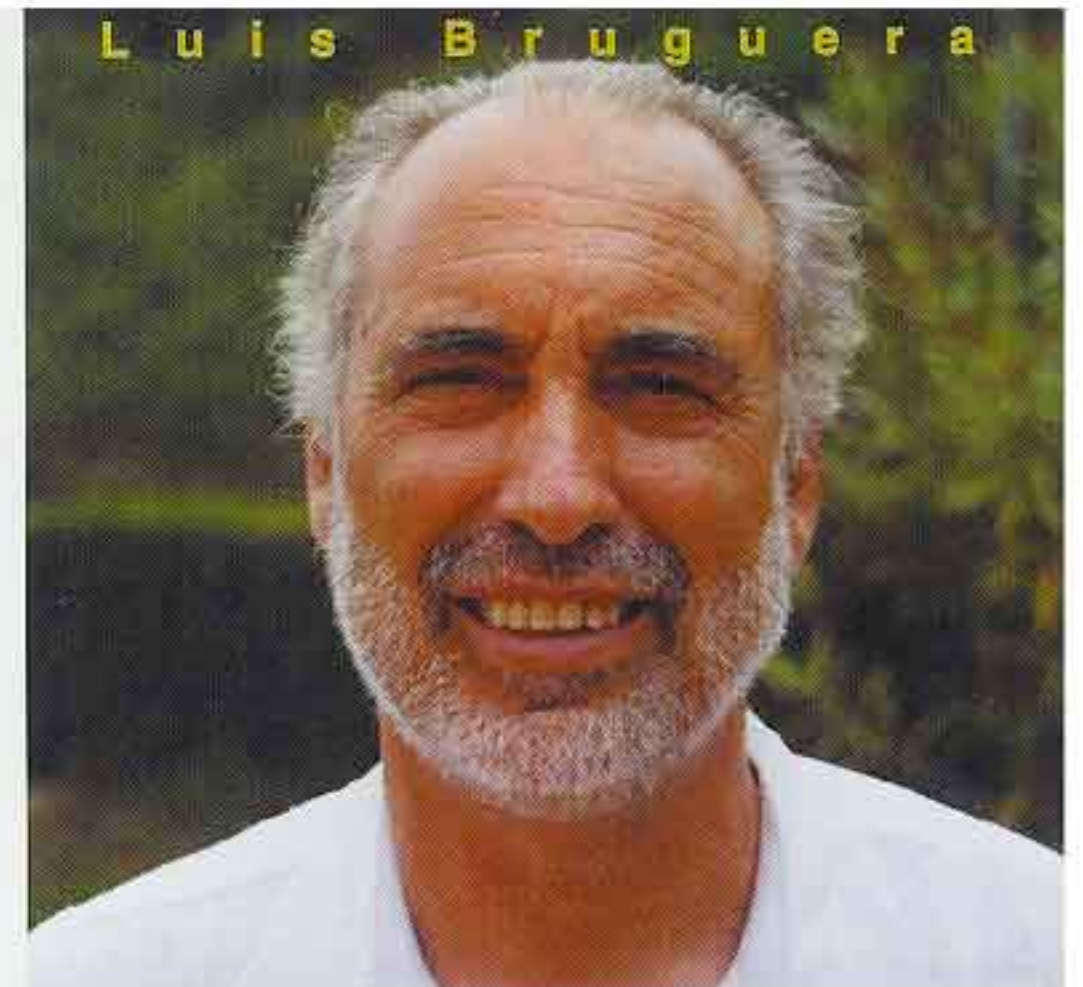
BRUGUERA tennis ACADEMY TOP TEAM



C.T. Can Via
c/ Orenetes, s/n
08690 Santa Coloma de Cervelló
(Barcelona)

Tel. 93 634 03 30 / 93 634 12 84
Fax 93 634 04 46
www.topteam.net
e-mail: info@topteam.net

el centro más completo en formación tenística
the most fully-equipped center in tennis training



Luis Bruguera

Top Team tiene como objetivo principal la formación integral de sus alumnos, no sólo a nivel tenístico, sino también humano y cultural. Top Team ofrece a sus jugadores todo lo que necesitan para alcanzar estos objetivos, mediante una planificación personal e individualizada. La disciplina, el valor del esfuerzo personal, la convivencia, la formación cultural y el espíritu de lucha son aspectos que forman parte no sólo de un tenista, sino que forman el carácter de una persona para afrontar con éxito cualquier reto de su vida.



Sergi Bruguera

Top Team's main goal is to bring up young players at a professional level without leaving aside their personal education as human beings.

Top Team offers its players all they need to reach these goals by means of a personal and individual planning. The discipline, the value of personal effort, the cohabitation, cultural formation and a fighting spirit are all part of a tennis player, but also part of anyone's personality to succeed in any challenge in life.



Xavier Torner

Técnico-Táctico

- Enseñanza y práctica del juego de ataque y defensa.
- Búsqueda de control con la máxima aceleración del movimiento.
- Correcciones técnicas del golpe.
- Terminación de jugadas.
- Especial hincapié en la movilidad y el desplazamiento.
- Táctica y estrategia en la competición.
- 2/3 jugadores máximo por pista.
- Planificación de objetivos en función de las características individuales y los objetivos competitivos.
- Asistencia a los torneos bajo la supervisión del coach.

Técnica-Táctica, pilares fundamentales de nuestro trabajo

Preparación Física

- Desarrollo de las capacidades físicas básicas: resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad.
- Desarrollo de la coordinación dinámica general.
- Programas de entretenimiento físico en función de la edad biológica del jugador para conseguir el rendimiento en cada etapa.
- Adaptación a las capacidades físicas específicas requeridas en el tenis.
- Trabajo específico de compensación muscular.
- Seguimiento del control del entrenamiento con soporte informático y tecnología electrónica (software información sobre fuerza, resistencia, planificación, etc.).
- Circuitos de montaña.

La preparación física una realidad del tenis moderno

Fisioterapia

- Servicio de fisioterapia para el tratamiento de lesiones en el mismo centro. Masaje deportivo, electromusculación, seguimiento en rehabilitación, osteopatía y todo lo necesario para una mejor recuperación.
- Utilización de técnicas de recuperación (masaje, manipulaciones, articulares, etc.).
- Utilización de tecnología aplicada para la recuperación (ultrasonidos, máquinas de electromusculación, tenis, etc.).

Psicología

- Seguimiento psicológico de sus alumnos durante su estancia en la academia, desde dos ámbitos: Deportivo y de la Salud.

Nos preocupamos de la persona, para crecer juntos en lo deportivo, humano y cultural

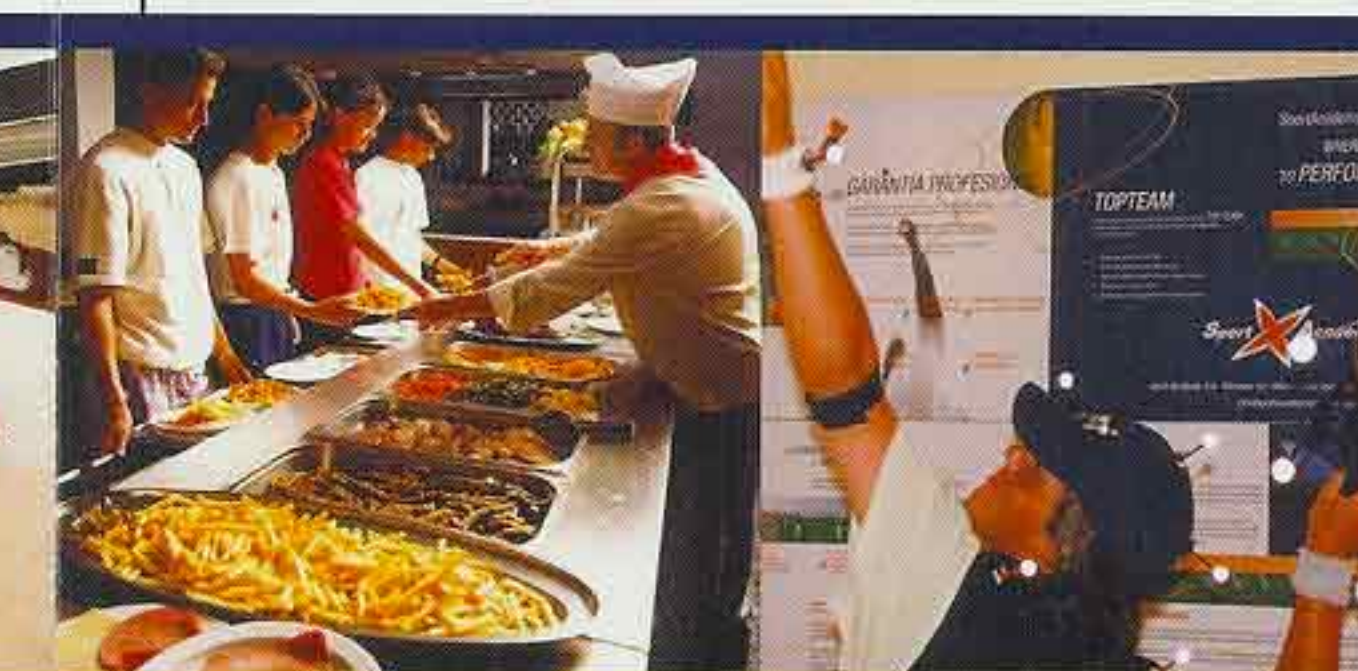
Estudios

- En el mismo centro sin desplazarse, se imparte clases docentes adaptadas a la reglamentación vigente de enseñanza oficial homologada. La coordinación existente con la programación competitiva, permite afrontar con mayor garantía los torneos planificados, así como las evaluaciones escolares.

Innovación Tecnológica I+D

- La inquietud de nuestro centro para conseguir un mejor rendimiento de nuestros jugadores, tras 20 años de experiencia nos ha llevado a desarrollar un sistema de captura del movimiento 3D. El 3D Analyzer nos permite obtener toda la información científica necesaria para el correcto diagnóstico y seguimiento de los planes de entrenamiento de forma totalmente personalizada. Es un sistema visual y dinámico que mejora el rendimiento.

Aplicación de la tecnología más moderna



Technical-Tactical

- Training and practice of defensive and attacking game.
- Search of control with a maximum speed movement.
- Improvement of smash techniques.
- Finishing of games.
- Special emphasis is put on mobility and movement.
- Tactics strategies of competition.
- A maximum of 2/3 players per court.
- Goal planning according to individual needs and competitions.
- Tournaments under coach supervision.

Techniques-Tactics as the basic of our work

Physical Training

- Development of basic physical skills: endurance, strength, speed and flexibility.
- Development of dynamic coordination.
- Physical training programs based on player's biological age to achieve the adequate performance at each stage.
- Fitting the specific physical conditions required in tennis.
- Specific work on muscular balance.
- A follow-up training controlled by a computer system (software information based on strength, endurance, planning, etc.).
- Mountain circuits.

Physical training, a fact in modern tennis

Physiotherapy

- Physiotherapy service for treatment of injuries. Sport massage, electro-muscle-building, follow-up of rehabilitation, osteopathy and all needed for a better recovery.
- Techniques of rehabilitation (massage, articulation handling, etc).
- Technology applied to recovery (ultrasounds, electro-muscle-building machines, tennis, etc.)

Psychology

- The department of psychology carries out psychological follow-up of players while in the academy at both sport and health levels.

We care about the person. Our goal is to grow up together in the sports and cultural and personal aspects

Schooling

- School in the same academy avoiding unnecessary displacements. School lessons are held at all levels of the Official Spanish Educational System (E.S.O. and Baccalaureate Logse). Lessons are Taught in Spanish, English and French. A good coordination between tennis and studies lets our players take school exams.

Technological Innovation I+D

- Our concern to improve our players, performance together with 20 year experience led us to develop a 3-Dymention system of movement capture. The 3D Analyzer allows us to obtain the information needed for an accurate diagnosis and a follow-up of the personalized training plans. It is a visual and dynamic system that helps increasing endurance.

The latest technology applied to tennis