

¿Quiénes somos?

El CD Marpex Beraun Erretería Tenis de Mesa trabaja desde hace años en la promoción del tenis de mesa en Erretería y Gipuzkoa, fomentando la práctica deportiva, los hábitos saludables y los valores educativos a través de un deporte dinámico, inclusivo y accesible para todas las edades.

Con el objetivo de acercar el tenis de mesa a niños y niñas, el club ofrece actividades extraescolares en centros educativos, así como entrenamientos específicos en su escuela deportiva.



Actividad extraescolar

¿A quién va dirigido?



- A partir de 8 años.
- Grupos mixtos.
- Diferentes edades y niveles.

Objetivos



- Iniciar en el tenis de mesa.
- Promover hábitos saludables.
- Mejorar coordinación y concentración.
- Fomentar valores deportivos.
- Crear un entorno lúdico.

Para poder desarrollar la actividad, únicamente se requiere:

- Espacio cubierto (gimnasio, sala multiuso...)
- Mesas (en caso de no tener, el club ofrece la instalación).
- Posibilidad de almacenamiento del material durante el curso.

Precio de la actividad

- Cuota: 10€/mes (trimestral)
- Un entrenamiento semanal de 60 minutos.
- Día y hora a acordar con el centro.
- Instalación de mesas: a concretar.

Funcionamiento

- 1 sesión semanal.
- Duración aproximada: 60 minutos.
- Actividad impartida por entrenadores del club.
- El club aportará material básico para el desarrollo de la actividad (palas, pelotas, redes y material auxiliar). Recomendable disponer de pala propia, aunque el club podrá asesorar en la adquisición de material.

Escuela de tenis de mesa

El club también cuenta con una Escuela de Tenis de Mesa para niños y niñas de distintas edades, enfocada en promover el deporte, la diversión, el compañerismo y hábitos saludables.

Los entrenamientos se adaptan según edad y nivel, y se realizan en el Gimnasio del Colegio Cristóbal Gamón de Erretería. Los horarios de la temporada 2026/2027 están pendientes de confirmación.

Precio de la actividad

- Cuota: 10€/mes (trimestral)
- Un entrenamiento semanal de 60 minutos.
- Día y hora a acordar con el centro.

Beneficios del tenis de mesa

El tenis de mesa está considerado uno de los deportes más completos a nivel coordinativo y cognitivo. Entre sus beneficios destacan:



Mejora la coordinación óculo-manual.



Compatible con otros deportes y actividades.



Desarrollo de reflejos y velocidad de reacción.



Deporte inclusivo y apto a todos los perfiles.



Incremento de la capacidad de concentración.



Baja incidencia de lesiones.



Contacto

Contacta con nosotros, descubre el tenis de mesa y forma parte de nuestro club.



secretario@beraunerrenteria.com



www.beraunerrenteria.com



608357706 (Javi Cortés)



@errenteriatm



@errenteriatm



MARPEX
Beraun-Errenteria



MARPEX
Beraun-Errenteria

ESCUELA Y ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DE TENIS DE MESA

Un deporte dinámico, divertido, inclusivo y educativo.



INCLUSIVO



MEJORA LA CONCENTRACIÓN



COORDINACIÓN ÓCULO-MANUAL



HÁBITOS SALUDABLES



VALORES DEPORTIVOS