

أكاديمية زايد الرياضية ZAYED SPORTS ACADEMY

عن الأكاديمية ABOUT US

Leading a healthy lifestyle is easier when you enjoy sports. This is the reason we established Zayed Sports Academy - to share a love and expertise in sports with a community that is eager to participate. We're creating ways for people to engage with sport and offering players of all ages and abilities the chance to grow. Hinged on high-quality lessons, Zayed Sports Academy delivers sports in a professional, safe and fun environment to ensure it becomes a lifelong practice.

إن اتباع نمط حياة صحي، يمنحك الفرصة لتستمتع أكثر بممارسة شتى أنواع الأنشطة الرياضية. ولهذا السبب بالتحديد، أسسنا أكاديمية زايد الرياضية لتكون منصة يشارك من خلالها محبتنا وخبيرتنا الرياضية مع مجموعة ضخمة من عشاق الرياضة. تفخر أكاديمية زايد الرياضية بابتكارها طرقاً تتيح للناس واللاعبين من مختلف الفئات العمرية والقدرات البدنية فرصة ممارسة الرياضة والتقدم إلى مصاف المحترفين. وتعتمد أكاديمية زايد الرياضية على تقديم حصص رياضية عالية الجودة في بيئة احترافية آمنة وممتعة، ما يضمن تحول الرياضة إلى عادة تدوم مدى الحياة.

مراحل البرنامج OUR PROGRAMMES

Zayed Sports Academy is divided into programme stages designed to support players in reaching their goals. Player improvement hinges on great coaching. Each one of our coaches has demonstrated proven technical and practical expertise and holds internationally recognised certification. This ensures our players develop solid foundations and proper techniques to help them succeed.

تنقسم مراحل أكاديمية زايد الرياضية إلى عدة مراحل مصممة لدعم اللاعبين في تحقيق أهدافهم. تشتهر أكاديمية زايد الرياضية بأفضل طاقم مدربين رياضيين حيث يستوفي مدربي الأكاديمية معايير رفيعة، فبالإضافة إلى امتلاكهم الخبرة الفنية والعملية المثبتة، يحمل المدربون شهادات معتمدة دولياً، ما يضمن تدريبهم اللاعبين على أسس متينة وتقنيات صحيحة.

المرحلة التأسيسية FUNDAMENTAL

Engaging children with sports helps them develop active lifelong habits. This means that equally important to playing sports is having fun in the process. Establishing gross motor skills such as coordination and balance are paramount in our fundamental programmes. Utilising scaled down equipment and a smaller field-of-play, kids develop good techniques and use realistic tactics in an age-appropriate setting. This combination ensures that lessons are interactive, achievable and fun right from the start.

تهدف أكاديمية زايد الرياضية إلى إشراك الأطفال في الأنشطة الرياضية لتحويل النشاط البدني إلى عادة ترافقهم مدى الحياة، ما يعني أن استمتاع الأطفال في ممارسة الرياضة مهم شأنه شأن الرياضة نفسها. وفي هذا الإطار، تبرز أهمية تنمية المهارات الحركية لدى الأطفال، مثل التنسيق والتوازن، في برامجنا التأسيسية، وبفضل المعدات الرياضية المصغرة والملاعب الأصغر مساحة التي تتلاءم مع بنية الأطفال، يتمكن الأطفال من تعلم تقنيات جيدة واستخدام تكتيكات واقعية في بيئة مناسبة لأعمارهم، وتضمن

المرحلة التطويرية DEVELOPMENTAL

Developmental stage programmes encourage consistency in play and an understanding of competition strategies in a regulation setting. Sessions are designed to be fresh and fun, and they promote socialization to encourage tweens and teens to stay involved in sports.

تشجع برامج المرحلة التطويرية اللاعبين على التخلي بالمثابرة وفهم استراتيجيات المنافسة في إطار تنظيمي. تم تصميم الحصص بحيث تأتي مليئة بالحياة والمرح، فتشجع الناشئين على ممارسة الأنشطة الرياضية بانتظام. وقد أدرجت أكاديمية زايد الرياضية في برامجها وسائل تدريبية وتوجهات جديدة مثيرة للحماس، مع تنمية حس الاندماج الاجتماعي والروح الرياضية لدى الشباب.

فريق الأداء المتميز HIGH PERFORMANCE

Becoming an elite athlete requires a universal approach, which is the purpose of the High Performance Squad. Talented players participate in a focused, intensive training programme to prepare them fully for elite competition at all levels. Squad members are provided with technical, tactical, mental and physical training delivered through specialised sport specific fitness regimens and proven training techniques.

يركز "فريق الأداء المتميز" على الارتقاء إلى مصاف نخبة الرياضيين من خلال اعتماد منهج عالمي لممارسة الرياضة. بالتالي، يتم إشراك الناشئين الموهوبين من طلاب أكاديمية زايد الرياضية في برنامج تدريبي مكثف لإعدادهم على أفضل وجه للمسابقات الرياضية، وتمكينهم من إحراز تصنيفات دولية والحصول على منح دراسية جامعية. ويتم تزويد أعضاء هذا الفريق بالتدريب الفني والتكتيكي والذهني والجسدي من خلال أنظمة لياقة بدنية متخصصة ومحددة للرياضيين وتقنيات تدريبية مجربة.

برامج البالغين ADULTS

Physical activity is important at all ages, and anytime is the right time to start, re-start or continue in sport. Working up a sweat in programmes such as mixed social groups, ladies mornings, beginner's clinics and cardio classes offer unique ways for you to get fit, learn a new skill, win a competition or simply have fun through sport.

إن النشاط البدني مهم لجميع الفئات العمرية، وما من سن محددة للبدء في ممارسة الرياضة، أو العودة إليها، أو متابعتها في أكاديمية زايد الرياضية، ويتيح التمرن في إطار برامج مثل المجموعات المختلطة، والبرامج الصباحية المخصصة للنساء، وبرامج المبتدئين، وحصص التمارين الكارديو طرقاً فريدة من نوعها للحصول على الرشاقة، وتعلم مهارة جديدة، والفوز بمسابقة، أو مجرد المرح من خلال ممارسة الرياضة.



أكاديمية زايد الرياضية
ZAYED SPORTS ACADEMY

info@zayedsportsacademy.ae // 02 403 4200
zayedsportsacademy.ae | @ f

التنس TENNIS

LOCATIONS المواقع

مدينة زايد الرياضية
ZAYED SPORTS CITY

ACTIVE

تختلف حصص التنس في أكاديمية زايد الرياضية عن غيرها من الأماكن من جميع النواحي، فبخلاف التدريب المعتاد الذي يقوم فيه المدرب برمي الكرات للاعب واحدة تلو الأخرى، يعتمد مدربو الأكاديمية إلى تحقيق أقصى قدر من الاستفادة من الحصص من خلال إدخال وسائل تدريبية مثيرة للحماسة.

Our fun, focused and engaging tennis lessons are designed to help you improve in all aspects of the sport. Tennis training maximise outcomes sessions by using proven techniques, high quality Wilson equipment and internationally-gained tennis expertise.



يمكنك الانضمام إلى الفصل الجاري
You can also register for our term in progress

12 أسبوع 12 WEEKS

15 April - 7 July
15 أبريل - 7 يوليو

المراحل الناشئين YOUTH STAGE

قم بالاستفسار عن الحصة التجريبية
للأطفال ما دون 6 سنوات
ASK ABOUT A TRIAL PACKAGE
FOR KIDS UNDER 6

| | 1X WEEK أسبوع | 2X WEEK أسبوعين | 3X WEEK أسابيع | التأسيسية (45 دقيقة) |
|---------------------------|------------------|--------------------|-------------------|-------------------------|
| FUNDAMENTAL (45 min) | AED 1,134 | - | - | |
| DEVELOPMENTAL (60 min) | AED 1,512 | AED 2,772 | AED 3,780 | التطويرية (60 دقيقة) |

مستوى الأداء المتميز

HIGH PERFORMANCE SQUAD

| | 1X WEEK أسبوع | 2X WEEK أسبوعين | 3X WEEK 3 أسابيع | 4X WEEK 4 أسابيع | 5X WEEK 5 أسابيع | |
|------------------------|------------------|--------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-------------------------|
| FULL TERM (90 min) | AED 2,911 | AED 4,877 | AED 6,986 | - | - | فصل كامل (90 دقيقة) |
| FULL TERM (120 min) | AED 3,600 | AED 6,502 | AED 9,314 | AED 10,332 | AED 10,651 | فصل كامل (120 دقيقة) |
| MONTH (90 min) | AED 1,109 | AED 1,987 | AED 2,646 | - | - | شهريا (90 دقيقة) |
| MONTH (120 min) | - | AED 2,649 | AED 3,528 | AED 4,133 | AED 4,481 | شهريا (120 دقيقة) |

سيستفيد اللاعبون في مستوى الأداء المتميز من: استخدام الملعب مجاناً | حصص تدريبية أسبوعية | التسجيل في البطولات (بطولتين على الأكثر) | ورشات عمل (3 ورشات على الأكثر)
HP players also benefit from: Open play hours | Weekly fitness sessions | Tournament entries (up to 2) | Workshops (up to 3)



مجموعات البالغين ADULT GROUPS

| | | |
|---|-----------|---|
| STARTERS WORKSHOP (60 min: 4 weeks) | AED 420 | حصص تعلم التنس (60 دقيقة: 4 أسابيع) |
| BEGINNERS TO ELITE (60 min: 8 weeks) | AED 1,000 | المبتدئين حتى المتقدمين (60 دقيقة: 8 أسابيع) |
| SOCIAL TENNIS (90 min: 1 session) | AED 95 | التنس المجتمعي (90 دقيقة: مباراة واحدة) |

الدروس الخاصة PRIVATE SESSIONS

| | LESSON حصة تدريبية | | 10 LESSONS 10 حصص تدريبية | | |
|------------|-----------------------|------------|------------------------------|------------|-------|
| | 45 MINUTES | 60 MINUTES | 45 MINUTES | 60 MINUTES | |
| INDIVIDUAL | AED 242 | AED 315 | AED 2,205 | AED 2,940 | فردية |
| 2 PEOPLE | AED 168 | AED 221 | AED 1,575 | AED 2,100 | شخصين |



أكاديمية زايد الرياضية
ZAYED SPORTS ACADEMY

02 403 4222
tennis@zayedsportsacademy.ae
zayedsportsacademy.ae | @ f

تشمل الأسعار ضريبة القيمة المضافة وهي قابلة للتغيير. هذه الرسوم مخصصة لمدينة زايد الرياضية وأكثف فقط.
Prices include VAT and are subject to change.
Fees apply to Zayed Sports City and ACTIVE locations only.

LOCATION الموقع

مدينة زايد الرياضية
ZAYED SPORTS CITY

التزلج بالعجلات ROLLER SKATING

حصد التزلج بالعجلات متوفرة الآن وتحت إشراف مدربيننا المختصين. يمكنك أن تصبح أكثر مهارة في هذه الرياضة الكلاسيكية. سنجعلك تبدأ بالأساسيات حتى تتمكن من تطوير أسلوبك الخاص في التزلج سواء كان هدفك اكتساب البراعة الفنية، أو زيادة الأدرينالين، أو للاستمتاع فقط!

Roller skating is making a comeback and under the guidance of our expert coaches, you can become even more skilled in this retro sport. We'll get you started with the basics so that you can develop your own style of inline skating - for artistry, for adrenaline or just for fun!



دروس المجموعات GROUP LESSONS

| | 1X WEEK أسبوع | 2X WEEK أسبوعين | 3X WEEK 3 أسابيع | |
|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| FUNDAMENTAL STAGE (45 min: 4 weeks) | AED 315 | AED 535 | AED 710 | المراحل التأسيسية (45 دقيقة: 4 أسابيع) |
| DEVELOPMENTAL STAGE (60 min: 4 weeks) | AED 342 | AED 580 | AED 770 | المراحل التطويرية (60 دقيقة: 4 أسابيع) |



الورشات WORKSHOPS & DROP-INS

| | | |
|--|---------|--|
| POWER PLAY (60 min) | AED 95 | المراحل المتقدمة (60 دقيقة) |
| CREATIVE SKATING WORKSHOP (60 min: 4 weeks) | AED 342 | حصد التزلج الفني (45 دقيقة: 4 أسابيع) |



مجموعة البالغين ADULT GROUPS

| | 1X WEEK أسبوع | 2X WEEK أسبوعين | |
|-----------------------------------|------------------|--------------------|---------------------------------------|
| FULL SESSION (45 min: 4 weeks) | AED 342 | AED 580 | الحصة الكاملة (45 دقيقة: 4 أسابيع) |

الدروس الخاصة PRIVATE SESSIONS

| | 1 LESSON حصة تدريبية 30 minutes | 8 LESSONS 8 حصص تدريبية 30 minutes | |
|------------|---------------------------------------|--|---------|
| INDIVIDUAL | AED 158 | AED 1,120 | فردى |
| 2 PEOPLE | AED 116 | AED 840 | شخصين |
| 3 PEOPLE | AED 105 | AED 672 | 3 أشخاص |
| 4 PEOPLE | AED 95 | AED 588 | 4 أشخاص |



أكاديمية زايد الرياضية
ZAYED SPORTS ACADEMY

02 403 4333

rollerskating@zayedportsacademy.ae

zayedportsacademy.ae | @ f

Prices include VAT and are subject to change.

الموقع LOCATION

مدينة زايد الرياضية
ZAYED SPORTS CITY

التزلج على الجليد ICE SKATING

يعود السبب في تمتع أكاديمية زايد الرياضية بأفضل برنامج للتزلج على الجليد في العاصمة أبوظبي إلى معاييرها المرتفعة. فنظراً إلى كون الأكاديمية أقدم معهد لتعليم التزلج على الجليد في أبوظبي، عملت على تطوير منهجها التعليمي على مدى أكثر من عشر سنوات. ويتيح ذلك للأكاديمية تقديم حصص آمنة، ومسلية، وفعالة، يملؤها المرح!

Our position as the best ice skating programme in Abu Dhabi is anchored in our high standards. As the capital's longest-running ice skating school, our curriculum has been perfected over more than a decade of experience. Merging international best practices with friendly and experienced coaches, we provide safe, fun and effective ice skating lessons for all ages and abilities.



يمكنك الانضمام إلى
الفصل الجاري
You can also register
for our term in progress

TERMS الفصل
5 Sept - 29 Oct
31 Oct - 14 Jan
16 Jan - 10 Mar
16 Apr - 9 Jun

تعلم التزلج LEARN TO SKATE

| | 1X WEEK أسبوع | 2X WEEK أسبوعين | 3X WEEK 3 أسابيع | |
|--|------------------|--------------------|---------------------|--|
| FUNDAMENTAL STARTER (30 min: 4 weeks) | AED 315 | AED 535 | AED 710 | المرحلة التأسيسية: المبتدئين (30 دقيقة: 4 أسابيع) |
| FUNDAMENTAL SKATER (45 min: 4 weeks) | AED 342 | AED 580 | AED 770 | المرحلة التأسيسية: المتزلجين (45 دقيقة: 4 أسابيع) |
| DEVELOPMENTAL TERM (60 min: 8 weeks) | - | AED 1,554 | AED 2,194 | المرحلة المتطورة (60 دقيقة: 8 أسابيع) |

قم بالاستفسار عن
الاختبار القياسي
للأطفال ما دون 6 سنوات
ASK ABOUT A
READINESS ASSESSMENT
FOR KIDS UNDER 6

*يمكنك المزج ومطابقة التزلج على الجليد والتزلج بالعجلات في هذه الباقات!
*You can mix and match roller skating and ice skating in these packages!

فريق التزلج الاستعراضى FIGURE SKATING TEAM

| | 1X WEEK أسبوع | 2X WEEK أسبوعين | 3X WEEK 3 أسابيع | 4X WEEK 4 أسابيع | |
|--|------------------|--------------------|---------------------|---------------------|--|
| TRANSITION TO TEAM (120 min: 8 weeks) | AED 1,180 | - | - | - | المرحلة الانتقالية للفريق (120 دقيقة: 8 أسابيع) |
| HALF SEASON (120 min: 16 weeks) | - | AED 3,040 | AED 4,080 | AED 5,120 | نصف الفصل (120 دقيقة: 16 أسابيع) |
| FULL SEASON (120 min: 32 weeks) | - | AED 4,900 | AED 6,240 | AED 8,320 | الفصل الكامل (120 دقيقة: 32 أسابيع) |

يستفيد المتزلجين المسجلين في حصص المرحلة المتطورة والأداء العالي على:
جولات تزلج بعدد غير محدود | تأجير خزائن مجاني | اختبارات بمعايير معتمدة | الزي الرياضي | خصومات على تصميم الرفصات
Available in developmental & High Performance levels. Team membership (excluding transition) includes:
Unlimited public sessions | Free locker hire | ISIA-Level Testing | Track Suit | Choreography Discounts

الورشات WORKSHOPS & DROP-INS

| | | |
|--|---------|--|
| POWER PLAY (60 min) | AED 95 | المراحل المتقدمة (60 دقيقة) |
| PARENT/CHILD SIDE BY SIDE (45 min: 4 weeks) | AED 660 | حصص الطفل مع ولي الأمر (45 دقيقة: 4 أسابيع) |

مجموعة البالغين ADULT GROUPS

| | 1X WEEK أسبوع | 2X WEEK أسبوعين | |
|-----------------------------------|------------------|--------------------|---------------------------------------|
| FULL SESSION (45 min: 4 weeks) | AED 342 | AED 580 | الحصة الكاملة (45 دقيقة: 4 أسابيع) |

* تتوفر أيام السيدات يوم الجمعة
*Ladies Only sessions are available on Fridays

الدروس الخاصة PRIVATE SESSIONS

| | 1 LESSON حصة تدريبية 30 minutes | 8 LESSONS 8 حصص تدريبية 30 minutes | |
|------------|---------------------------------------|--|---------|
| INDIVIDUAL | AED 158 | AED 1,120 | فردى |
| 2 PEOPLE | AED 116 | AED 840 | شخصين |
| 3 PEOPLE | AED 105 | AED 672 | 3 أشخاص |
| 4 PEOPLE | AED 95 | AED 588 | 4 أشخاص |



أكاديمية زايد الرياضية
ZAYED SPORTS ACADEMY

02 403 4333
iceskating@zayedportsacademy.ae
zayedportsacademy.ae | @ f

تشمل الأسعار ضريبة القيمة المضافة وهي قابلة للتغيير.
Prices include VAT and are subject to change.