



PARA : LIGAS, CLUBES, ACADEMIAS, PROFESORES DE TENIS

DE: FEDERACIÓN COLOMBIANA DE TENIS Y ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES

FECHA: AGOSTO DE 2017

REF.: CURSO NIVEL I ITF - BOGOTÁ

La Federación Colombiana de Tenis y la Escuela Nacional de Entrenadores han programado el Curso Nivel I ITF del 14 al 23 de agosto de 2017 en el Centro de Alto Rendimiento de Bogotá, para su información y divulgación

Más adelante estaremos confirmando expertos en otras áreas de vital importancia para el desarrollo del tenis.

Todos los alumnos deberán rendir los exámenes de nivel de juego, clase individual, clase grupal y examen escrito.

## TEMARIO

Tenis 10: técnica y táctica del desarrollo en las etapas roja, naranja y verde.

Play and stay: servir, pelotear y puntuar; cómo hacer jugar más fácil y más rápido el tenis; formatos de competencia.

Técnica: desarrollo de los golpes básicos, situaciones de juego, correcciones (QUÉ, CÓMO y CUÁNDO).

Táctica: situaciones tácticas, táctica básica moderna, táctica de dobles.

Psicología: para iniciantes y menores de 10 años.

Biomecánica: B I O M E C (incidencia en las correcciones técnicas).

Preparación física: desarrollo de las capacidades de fuerza, velocidad, reacción, resistencia y práctica en campo.



## INSCRIPCIONES

Las inscripciones se deben realizar depositando el valor de \$680.000 (seiscientos ochenta mil pesos) en la cuenta de ahorros de Bancolombia No. 20104565402, a nombre de la Federación Colombiana de Tenis, y enviar copia al correo [capacitacion@fedecoltenis.com](mailto:capacitacion@fedecoltenis.com).

Este valor incluye:

1. Asistencia al Curso.
2. Refrigerio diario.
3. Libros del Curso.
4. Certificado de asistencia.
5. Créditos para el Escalafón Nacional de Entrenadores.

Agradecemos la más profusa difusión a los entrenadores, clubes y personas interesadas en la capacitación.

Cordialmente,

ARMANDO GONZÁLEZ S.

Director del Departamento de Desarrollo

Email: [capacitacion@fedecoltenis.com](mailto:capacitacion@fedecoltenis.com)

Celular: 317 430 6429 / 315 613 1338