



ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES
CURSO NIVEL 1 ITF PREPARACIÓN FÍSICA

ESPECÍFICA EN TENIS DE CAMPO.

PARA : LIGAS, CLUBES, ACADEMIAS, PROFESORES DE TENIS,
LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA, FISIOTERAPEUTAS.

DE : FEDERACIÓN COLOMBIANA DE TENIS
ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES

FECHA : FEBRERO DE 2017

REF : CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL NIVEL 1 ITF
PREPARACIÓN FÍSICA ESPECÍFICA EN TENIS DE
CAMPO BOGOTÁ 22 AL 25 DE MARZO.

CUPO LIMITADO PARA 24 ENTRENADORES.

La Federación Colombiana de Tenis y La Escuela Nacional de Entrenadores, y con el aval de la Federación Internacional de Tenis, ha programado en la ciudad de Bogotá, sede del Centro de Alto Rendimiento; el curso nivel 1 ITF en preparación específica para tenis de campo; del 22 al 25 de marzo del 2017.

TUTORES: RICHARD GONZALEZ ITF, CEFERINO OCHOA FCT

Objetivo: Dirigido a todos aquellos quienes se interesen por el trabajo relacionado con el acondicionamiento físico de tenistas iniciantes e intermedios.

Participantes: entrenadores de tenis que posean como mínimo una certificación de nivel 1 ITF, preparadores físicos y demás interesados en certificarse.

Edad: mínimo 18 años en el momento de tomar el curso

Nivel de aptitud física y salud: los participantes deben tener un nivel de salud y estado físico que les permita cumplir con los requisitos del curso. Los



tutores del mismo se reservan el derecho de solicitar prueba de ello expedida por un profesional médico.

Evaluación: Al finalizar el curso se llevará a cabo una evaluación sumativa formal y constará de lo siguiente:

1. Una prueba grupal de competencia en habilidades de acondicionamiento.
2. Una prueba escrita de competencias de conocimiento.
3. Evaluación de los candidatos

5 = Muy competente, 4 = Bastante competente, 3 = Competente, 2 = No competente aún, 1 = Muy inferior

Aprobados: los entrenadores que obtengan una nota de 3 o superior en todos los exámenes han demostrado su competencia y así, aprobarán el curso.

Repetición: Los participantes que no lograron ser competentes en solo una prueba de competencia pueden repetir la prueba no antes de 6 meses posteriores a completar el curso, por lo tanto, no deben repetir el curso completo; si pasados 3 años no ha tomado las pruebas deberá repetir el curso completo.

Suspense: los participantes que no sean aún competentes en más de una prueba deberán repetir el curso completo.

Certificación: Asistencia y de aprobación de curso para quienes aprueben.

Al completar el curso los participantes deberán contar con las siguientes competencias básicas.

- **Entrenamiento:** Conocer y aplicar estrategias de planificación, organización y evaluación para el entrenamiento físico específico de tenistas iniciantes e intermedios. Aplicar, por medio de ejercicios, los fundamentos de las características del acondicionamiento físico básico y preparar prácticas basadas en el juego para mejorarlas, de manera efectiva, utilizando una variedad de equipamiento adaptado para el tenis y el acondicionamiento físico. Comprender y llevar a cabo sesiones de cardio-



tenis.

- **Competición:** Conocer y poder incluir contenidos de acondicionamiento físico a la hora de organizar competencias adaptadas para los tenistas iniciantes e intermedios.
- **Gestión:** Conocer y aplicar habilidades de organización y comunicación cuando trabajen el acondicionamiento físico de jugadores iniciantes e intermedios (incluyendo trabajo : intervalos de descanso, entrenamiento en circuito, rotación de jugadores, diferenciación, etc.). Conocer y aplicar estrategias para atraer y retener a los jugadores.
- **Formación:** Comprender el rol del entrenador cuando realiza el trabajo de acondicionamiento de tenistas iniciantes e intermedios.



PROGRAMA DEL CURSO

DÍA	HORAS EN CANCHA	HORAS EN SALA	TOTAL
1	4hr	4hr	8hr
2	4hrs 30 min	2hrs 30 min	7hr
3	6hr	2hr	8hr
4	4hr	3hr	7hr
Total	18hrs 30 min	11hrs 30 min	30hr



Procedimiento de inscripción

- Los profesores deben inscribirse haciendo la consignación del valor correspondiente y enviando a la Federación por correo electrónico a capacitacion@fedecoltenis.com la copia de la consignación :
- Fechas límite y cierre de inscripción MARZO 13 de 2017.



INSCRIPCIONES

Las inscripciones se deben realizar depositando el valor de \$850.000 (Ochocientos cincuenta mil pesos) en la CUENTA DE AHORROS del BANCO BANCOLOMBIA NUMERO 201-045654-02 A NOMBRE DE FEDERACION COLOMBIANA DE TENIS y enviar copia capacitacion@fedecoltenis.com

- EL COSTO DEL CURSO SERA DE \$850.000 (Ochocientos cincuenta mil pesos)

Estos costos incluyen:

- 1- Asistencia al curso.
- 2- Almuerzo y 2 refrigerios diarios
- 3- Certificado de asistencia
- 4- 15 Créditos para el escalafón nacional de entrenadores.

Agradecemos la más profusa difusión a los entrenadores, Clubes y personas interesadas en estos programas de capacitación.

Cordialmente,

ARMANDO GONZALEZ S.

Director Departamento de Desarrollo

e mail - capacitacion@fedecoltenis.com

Celular 3174306429/3156131338/3132100564

<http://www.tenniscoach.com/en/results/Physical.aspx>



