



**PARA: LIGAS, CLUBES, ACADEMIAS, PROFESORES DE TENIS**

**DE: FEDERACIÓN COLOMBIANA DE TENIS Y ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES**

**FECHA: FEBRERO DE 2019**

**REF.: CURSO NIVEL 1 ITF, BOGOTÁ**

**La Federación Colombia de Tenis y la Escuela Nacional de Entrenadores** han programado el **Curso de Nivel 1 ITF** en el Centro de Alto de Rendimiento de la ciudad de Bogotá, **del 4 al 13 febrero de 2019**, para su información y divulgación:

Todos los alumnos deberán rendir los exámenes de:

Nivel de juego  
Clase individual  
Clase grupal  
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.

**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 12 años.

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

**Preparación física:** Desarrollo de las capacidades, fuerza, velocidad, reacción, resistencia y practica en campo.





## INSCRIPCIONES

Las inscripciones se deben realizar depositando el valor de **\$750.000** en la cuenta de ahorros número 615063294 de **Banco de Bogotá**, a nombre de Armando González, y enviar copia al correo electrónico [capacitacion@fedecoltenis.com](mailto:capacitacion@fedecoltenis.com).

Este costo incluye:

1. Asistencia al Curso.
2. Refrigerio diario.
3. Libros del Curso.
4. Certificado de asistencia.

Cordialmente,

### **ARMANDO GONZÁLEZ S.**

Director Departamento de Desarrollo  
Email: [capacitacion@fedecoltenis.com](mailto:capacitacion@fedecoltenis.com)  
Celular: 317 430 6429 / 315 613 1338

