



CURSO NIVEL 1 ITF

La **Federación Colombiana de Tenis y la Escuela Nacional de Entrenadores** han programado en el Centro de Alto Rendimiento de la ciudad de Bogotá, el Curso Nivel 1 ITF que se realizará del 9 al 19 de marzo de 2020.

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 práctica en campo)





INSCRIPCIONES

Las inscripciones se deben realizar depositando el valor de \$750.000 (setecientos cincuenta mil pesos) en la cuenta de ahorros número 615063294 del Banco de Bogotá, a nombre de Armando González, y enviar copia al correo electrónico capacitacion@fedecoltenis.com.

Estos costos incluyen:

- Asistencia al curso y exámenes.
- Refrigerio diario.
- Certificado de asistencia.

Los libros del curso son virtuales y deben ser comprados por el profesor.

Cordialmente,

ARMANDO GONZALEZ S.

Director Departamento de Desarrollo
Email: capacitacion@fedecoltenis.com
Celular 317 430 6429 / 315 613 1338

