



PARA: LIGAS, CLUBES, ACADEMIAS, PROFESORES DE TENIS E INTERESADOS
DE: FEDERACIÓN COLOMBIANA DE TENIS Y ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES

FECHA: AGOSTO DE 2018

REF.: JORNADA INTERNACIONAL DE ACTUALIZACIÓN ITF – GIRA CURSOS CORTOS

TEMA: TRABAJO INTEGRADO DE JÓVENES TENISTAS

Integración de los aspectos físicos, técnicos y tácticos para el desarrollo de jugadores menores de 14 años

La **Federación Colombiana de Tenis** y la **Escuela Nacional de Entrenadores** han programado tres jornadas de actualización en las ciudades de Bogotá, Cali y Medellín **del 22 al 27 de agosto 2018, así:**

Bogotá agosto 22 y 23 - Centro de Alto Rendimiento
Cali agosto 24 y 25 - Liga Vallecaucana de Tenis
Medellín agosto 26 y 27 - Liga Antioqueña de Tenis (Sede Estadio)

TODAS LAS LIGAS AFILIADAS A LA FEDERACIÓN COLOMBIANA DE TENIS TENDRÁN UNA BECA QUE PUEDE USAR SOLAMENTE EN UNA DE LAS CIUDADES DONDE SE REALIZARÁ EL EVENTO, PARA LO CUAL DEBEN ENVIAR EL NOMBRE DEL PARTICIPANTE A LA BREVEDAD.



HEAD



Colsanitas



HOTEL
BARRANQUILLA PLAZA

PROMIGAS

Gases del Caribe
todo por tu bienestar.

PEUGEOT

Diagonal 35 Bis # 19 - 31
Teléfono: (57-1) 288 08 00
Bogotá D.C. - Colombia
comunicaciones@fedecoltenis.com
www.fedecoltenis.com



coldeportes

EXPOSITOR: FERNANDO VILCHES - ARGENTINA

Reseña curricular

- **Especialista en Temas vinculados a la Formación de Jóvenes Tenistas y Desarrollo Motor.**
- **Profesor Nacional de Educación Física.** Instituto Superior Palomar de Caseros (2002)
- **Profesor Nacional de Tenis.** Asociación Argentina de Tenis (2005)
- **Entrenador Nacional de Tenis.** Asociación Argentina de Tenis (2009)
- **Coach ITF Nivel III.** Federación Internacional de Tenis.
- **Técnico Especialista en Preparación Física de Tenis.** Comité Olímpico Internacional. Federación Internacional de Tenis (2013)

- **Preparador Físico y Entrenador de Jugadores Profesionales entre los que se destacan:**
 - **Gisela Dulko** (ex-jugadora profesional con ranking N°1 del Mundo en dobles de la WTA, N° 26 del mundo WTA en single).
 - **Vania King (EEUU)** N° 73 del Mundo de la WTA y N° 23 del mundo en dobles de la WTA.
 - **Mateo Martínez** jugador ATP actualmente con ranking N° 406 del mundo.

- **Preparador Físico y Entrenador de jugadores en formación entre los que se destacan**
 - **Thiago Tirante N°1 de Cosat** y campeón del Orange Bowl, **Alejo Vilaro (1320 ATP)**, **Agustina de Carli (900 WTA)**, **Martin Carrizo (1500 ATP)** y varios juniors sudamericanos.

- **Expositor Disertante para la Federación Internacional de Tenis** (Workshop Sudamericano **Asunción - Paraguay 2013**, Congreso Regional ITF **Caracas – Venezuela 2015**, Gira de Cursos Cortos ITF **Brasil 2016 – 2017** (Porto Alegre, Florianópolis, Brasilia, Belo Horizonte, Fortaleza, Bahía, Goiania, Rio)- Capacitación Nacional Federación de Tenis de **Chile - Curicó 2017**.
- **Integrante del Equipo de Especialistas del Programa Nuestro Tenis "Promesas del Alto Rendimiento"** Secretaria de Deportes de la Nación y el Comité Olímpico Argentino (**2016-Actualidad**)
- **Integrante del Equipo de Especialistas del Programa de Selección Infantil** de la Asociación Argentina de Tenis, aprobado por Solidaridad Olímpica Internacional, a través del Comité Olímpico Argentino y avalado por la Federación Internacional de Tenis. (**2014 -2015**)
- **Director de la Escuela de Especialización en Preparación Física de la Asociación Argentina de Tenis (2014 – actualidad)**



- **Disertante en Congresos Nacionales e Internacionales** (Workshop Sudamericano Punta del Este Uruguay 2012 – Workshop Argentino 2013-14-15 - Congreso Argentino de Preparación Física 2015-16 – Cursos de Especialización)
- **Tutor Especialista del Profesorado de Tenis de la Asociación Argentina de Tenis para Nivel I y II (2016-Actualidad)**
- **Capacitador de Equipos Empresariales en temáticas como Liderazgo, cumplimiento de metas y trabajo en equipo (Nokia Argentina – Uruguay 2017)**
- **Director de la Academia LEQUIPE Centro de Formación y Alto Rendimiento en Tenis a cargo de jugadores de Alto Rendimiento y Formación.**
Ex - Director de Clubes y Academias entre los que se destacan Academia Dulko – Marinas Golf, Club Comunicaciones, Country Harás de Santa María.

TEMARIO

Cronograma de Temas: Día 1

- **El desarrollo del atleta a largo plazo. (Salón)**
El método integral para la formación del tenista completo. Objetivos de trabajo en cada una de las etapas de desarrollo. La inclusión de los aspectos físicos como contenido indispensable en las etapas formativas. Como aprovechar las fases sensibles para aprender movimientos.
- **Etapas roja. (Cancha)**
El Aprendizaje motor para la incorporación de Habilidades Específicas del Tenis. Juegos Motrices para el trabajo de las Habilidades Motrices Básicas. La pelota por el suelo en la fase inicial del movimiento. El ajuste Perceptivo Motriz para las progresiones metodológicas.
- **Etapas roja II. (Cancha)**
Trabajos específicos para lograr objetivos de clases. Elementos de observación de los alumnos y el aprendizaje. Evaluaciones en cancha para determinar niveles de juego.
- **¿Cómo planificar los trabajos? (Salón)**
Planificación de Objetivos, metas y expectativas de logro en las distintas etapas. Distribución de las etapas. Ideas creativas para motivar a los niños.

Cronograma de Temas: Día 2



- **Etapa naranja. (Salón)**

Características Principales de la Etapa. Transición de Etapa Roja y Etapa Naranja. Ejercicios integrales para la etapa.

- **Etapa naranja II. (Cancha)**

La coordinación Motriz en el tenis como capacidad integradora. Ejercicios para entrenar las capacidades coordinativas. La movilidad en el tenis, ejercicios específicos para el desarrollo de los apoyos y desplazamientos.

- **Etapa verde (Cancha)**

La entrada en calor como parte olvidada del entrenamiento. Variantes de Trabajo y Herramientas didácticas. Habilidades Perceptivas y Toma de Decisiones. Ejercicios específicos para la mejora de estas habilidades.

- **Etapa verde II. (Cancha)**

Circuitos de ejercicios integrales: Físico -Técnicos para el mejoramiento de los golpes, la toma de decisiones y las habilidades perceptivas.

- **(Salón) - Cierre del curso – Entrega de certificados.**

INSCRIPCIONES

Las inscripciones se deben realizar depositando el valor de \$60.000 (sesenta mil pesos) en la cuenta de ahorros número 20104565402 del Banco Bancolombia, a nombre de la Federación Colombiana de Tenis, y enviar copia a capacitacion@fedecoltenis.com.

Este costo incluye:

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

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

Cordialmente,

ARMANDO GONZÁLEZ S.

Director Departamento de Desarrollo

email - capacitacion@fedecoltenis.com

Celular: 317 430 6429 / 315 613 1338

Diagonal 35 Bis # 19 - 31
Teléfono: (57-1) 288 08 00
Bogotá D.C. - Colombia
comunicaciones@fedecoltenis.com
www.fedecoltenis.com

