



CURSO NIVEL 1 ITF BOGOTÁ - CAR 2018

PARA : LIGAS, CLUBES, ACADEMIAS Y PROFESORES DE TENIS

DE: FEDERACIÓN COLOMBIANA DE TENIS Y ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES

FECHA: JULIO DE 2018

REF.: CURSO NIVEL 1 ITF - BOGOTÁ

La Federación Colombiana de Tenis y la Escuela Nacional de Entrenadores han programado en el Centro de Alto Rendimiento de Bogotá (sede deportiva de Fedecoltenis), el **Curso Nivel 1 ITF** del 16 al 24 de julio de 2018.

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, zonas de la cancha.

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, fuerza, velocidad, reacción, resistencia y practica en campo a cargo de los expertos mencionados.





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 la Armando Gonzalez, y enviar copia al correo capacitacion@fedecoltenis.com.

Este valor incluye:

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

Celular: 317 430 6429 / 315 613 1338

