

PARA : LIGAS, CLUBES, ENTRENADORES E INTERESADOS
DE : ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES
FECHA : SEPTIEMBRE 2026
REFERENCIA : JORNADA INTERNACIONAL DE ACTUALIZACION
BIOMECANICA Y PREPARACION FISICA

EXPERTOS : ELSON LONGO Y VINICIUS AVANSI

PARA PARTICIPAR DE ESTE CURSO TODOS LOS ENTRENADORES DEBEN TENER LA LICENCIA FEDERATIVA (CARNE AL DIA)

La Federación Colombiana de Tenis y La Escuela Nacional de Entrenadores, han programado la actividad de capacitación así:

CIUDAD	LUGAR	FECHA
Bogotá	Sede deportiva de la Federación, Academia Iaverdieri	Septiembre 14 y 15
Cali	Club Campestre	Septiembre 16 y 17



TEMARIO

DÍA 1

Elson Longo - Principios de biomecánica: un enfoque práctico.

Vinícius Avansi - El movimiento en el tenis: técnica específica y factores que potencian el rendimiento.

Elson Longo - El punto de impacto: la acción inconsciente del jugador; un diálogo con la neurociencia.



Vinícius Avansi - Ejercicios físico-cognitivos: aplicación de la neurociencia.



DÍA 2

Elson Longo - Ejercicios de neuroestimulación para el desarrollo y la corrección de los golpes de tenis.



Vinícius Avansi - Desarrollo físico en el tenis: de principiante a élite; una ruta práctica



Elson Longo - El saque moderno: detalles técnicos y tendencias actuales.



Vinícius Avansi - Desarrollo de fuerza y potencia en el tenis: el uso del levantamiento olímpico como herramienta desde edades tempranas.



INSCRIPCIONES

Las inscripciones se deben realizar depositando el valor de \$400.000 (Cuatrocientos mil pesos) en la cuenta de ahorros de Bancolombia número 91278234164 a nombre de Armando González o llave **@jose6155** y enviar copia capacitacion@fedecoltenis.com o whatsapp 3174306429



Cordialmente,



ARMANDO GONZALEZ S.

Director Departamento de Capacitación
e mail - capacitacion@fedecoltenis.com
Celular 3174306429/3156131338