



ALTA COMPETENCIA 2010 (16 a 18 años)

ALTA COMPETENCIA (16 a 18 años)

1- OBJETIVO GENERAL

- Entrenamiento complejo, y aplicación extensiva de la técnica del tenis.

2.- OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Perfeccionar y consolidar todos los golpes del tenis, aplicando estos mismos extensivamente. (Planificación individual).
- preparación física específica e individual.
- desarrollo total de aspectos tácticos, estratégicos, mentales, nutricionales enfocados a la alta competencia.
- participación de torneos nacionales e internacionales.

3.- PERIODO

- Anual, de marzo a diciembre.

4.- LUGAR

- Sede TPro La Florida (Av. La Florida paradero 25, calle San Jorge Nº 1975).

5.- HORARIOS

- sede TPro Macul lunes a viernes. 17:30 a 20:00 hrs. (cada ciertos periodos los tenistas serán citados hasta el día sábado)

6.- Valores

Consulte por valores y promociones al correo administración@tennispro.cl o al fono 2677110. (Secretaria)