

tennis CLINIC

24 febbraio

Migliorare il dritto e il rovescio con le nuove tecnologie S.V.T.A.

Lezioni tenute dallo Dott.ssa Curione abilitata all' insegnamento

5 maggio

Migliorare il gioco d'attacco e al volo con le nuove nuove tecnologie S.V.T.A.

S.V.T.A. (Science Vision Training Academy) è lo strumento per il potenziamento neurosensoriale degli atleti. Il metodo consente di allenare e migliorare l'integrazione sensoriale e le abilità dal livello amatoriale fino all'alto livello professionistico, focalizzandosi sulla sinergia tra vista - cervello e corpo. (Il lavoro verrà sviluppato attraverso cesto e palleggio con una stazione dove verranno proposte le esercitazioni S.V.T.A.).

16 giugno

La migliore strategia e tecnica di gioco sui campi in terra rossa

I vantaggi del gioco su terra rossa e la "Croce Spagnola", la tecnica degli spostamenti in scivolata proposta dai più grandi campioni del tennis iberico. (Il lavoro verrà sviluppato attraverso cesto, palleggio e partita).

22 settembre

Le nuove frontiere nella risposta al servizio di dritto e rovescio

Il nuovo modo di rispondere nel tennis adottato dai grandi campioni con particolare attenzione alla posizione di partenza e la zona d'impatto. Verrà analizzata la corretta profondità della posizione, la distanza dal campo e l'adattamento alle situazioni di gioco. (Il lavoro verrà sviluppato attraverso cesto, palleggio e partita).

24 novembre

La match analysys: lo studio che analizza il comportamento degli atleti in gara

Consisterà nell'analizzare, tramite una serie di strumenti statistici, alcuni rilevanti eventi che si verificano all'interno di un match per individuare gli indicatori di performance utili per giocare al meglio e vincere la partita. (Il lavoro verrà sviluppato attraverso riscaldamento, palleggio e partita).

Programma tipo

- 9.00 introduzione dell'argomento
- 9.30 allenamento tecnico
- 11.00 break con frutta e bibita energetica (offerta)
- 11.10 allenamento con applicazione della lezione
- 13.00 fine corso

Germano Pedrazzi . Sabina Da Ponte
 Claudio Bortoletto . Roberto Gabelli
 Andrea Manarini . Omar Fiorenzato
 Massimo Zulian . Diego Bigoni



*Il tennis Clinic è aperto a **giocatori e giocatrici** di ogni livello in possesso di tessera FIT agonistica o non agonistica.*

Ad ogni partecipante verrà inviato il materiale didattico trattato durante il tennis clinic e consegnato un gadget Eurosporting.

Info e iscrizioni

ASD Euretennis Club Viale del Benessere, 29 - Cordenons (PN) T 0434.581173 www.euro-sporting.it eurosporting@euro-sporting.it