

## **Módulo G**

**Ministrador: Eduardo Figueiredo**

**Cidade:** Mogi das Cruzes

**Data:** 27 A 29/07/2018

**Horário:** Das 8hs às 18hs

**Local: CT TENNIS**

Estrada Yamashita, 50 - Cocuera, Mogi das Cruzes – SP

Tel.: (11) 4792-2413

### **Conteúdo:**

- A Preparação Física no Tênis (Demanda Energética do Tênis, Potência, Agilidade, Treinamento Aeróbico para Tenista)
- O Acompanhamento em Torneios
- O Treinamento de Jogadoras
- Aspectos Básicos da Nutrição para Tenistas de Competição
- Prevenção de Lesões
- Treinamento Mental (Concentração, Motivação, Controle Emocional, Auto Confiança e Rotinas).

**INCLUSO APOSTILA COM CONTEÚDO DA ITF.**

### **INSCRIÇÕES:**

**Valores:**

**Filiados:** R\$ 295,00 - (2 parcelas de R\$147,50)

**Não filiados:** R\$ 390,00 - (2 parcelas de R\$ 195,00)



**CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE TÊNIS**

### **FORMA DE PAGAMENTO:**

O pagamento é através de depósito bancário:

#### **CESAR KIST E CD LTDA ME**

Banco Itaú

Ag: 0740 | Conta Corrente: 66.927-0

CNPJ: 08.679.865/0001-38

**Antes de efetuar o depósito, confirmar via telefone se há vagas disponíveis.**

Após realizar o depósito, enviar um e-mail para [kelly.ferreira@cbtenis.com.br](mailto:kelly.ferreira@cbtenis.com.br) aos cuidados do Departamento de Capacitação com o comprovante do depósito, nome completo, endereço, telefones, e-mail e o nome da cidade que se realizará o curso. Quando se tratar de filiação, especificar.

#### **Informações e inscrições:**

Kelly C. Ferreira: [kelly.ferreira@cbtenis.com.br](mailto:kelly.ferreira@cbtenis.com.br)

Tel.: (48) 3091-9351

#### **FILIAÇÃO AO DEPARTAMENTO DE CAPACITAÇÃO DA CBT**

R\$ 200,00 à vista ou em 2 vezes.

**Atenção: O Departamento de Capacitação se reserva no direito de adiar o curso até 4 dias antes da data, caso não haja o mínimo de 15 inscritos. Nesse caso todos serão avisados.**

**As despesas com transporte, hospedagem e alimentação para a participação no curso são de responsabilidade de cada participante.**

**O valor referente à inscrição engloba a participação no curso, palestras teóricas, práticas e o material a ser entregue a cada aluno.**

**A CBT não recomenda a compra antecipada de passagens e/ou reservas em hotel até que seja confirmada a realização do curso.**