



**CONFEDERAÇÃO
BRASILEIRA DE TÊNIS**

Módulo Avançado de Preparação Física

Ministrador: Mark Caldeira

Cidade: Rio de Janeiro – RJ

Data: 19 A 21/04/2019

Horário: Das 8hs às 18hs

Local: Marina Barra Clube

Endereço: Estrada da Barra da Tijuca, 777 - Barra da Tijuca, Rio de Janeiro

Telefone: (21) 2494-2141

Conteúdo:

- Avaliação Fisiológica do Tenista
- Desenvolvimento Atlético a Longo Prazo
- Princípios do Treinamento
- Coordenação
- Flexibilidade
- Resistência Aeróbia / Anaeróbica
- Desenvolvimento da Força
- Potência no Tênis
- Velocidade e Agilidade
- Mecânica do Movimento
- Trabalho Durante os Torneios
- Recuperação.

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 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

Tel: (48) 3091-9351

PRÉ-REQUISITOS MÓDULO AVANÇADO TÁTICA E METODOLOGIA

✓ Aprovação nos Módulos ABC ou Nível 1.

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.