

Ribeirão Tennis Experience



Por que fazer parte do Ribeirão Tennis Experience?

O Ribeirão Tennis Experience tem como objetivo principal aprimorar seu desempenho no tênis por meio de um programa de treinamento intensivo.

- Você terá um diagnóstico dos diferentes fundamentos do seu jogo e a oportunidade de evoluir em cada um deles
- Poderá por em prática os conceitos do treinamento em jogos durante a semana de treinamento

Como é o Treinamento?

Fazem parte do Programa

- Filmagem em Super Slow Motion com Avaliação Biomecânica, a fim de identificar os pontos de seu jogo a serem aprimorados

Avaliação Biomecânica



Forehand - pós-contato

- Consiste em avaliar os pontos-chaves de cada golpe do jogador.
- É usada como referência durante o treinamento .
- O jogador receberá a avaliação com 34 itens técnicos, em DVD.



Como é o Treinamento?

- Fazem parte do Programa

- Aquecimento

- Alongamentos
- Trabalho de Footwork (treino específico para aprimorar a movimentação das pernas)

- Palestras com conteúdo

- Técnico / Tático / Mental

dentro das cinco situações táticas do Tênis:

- Saque
- Devolução
- Jogo de Fundo
- Jogo de Rede
- Jogo do Passador

Como é o Treinamento?

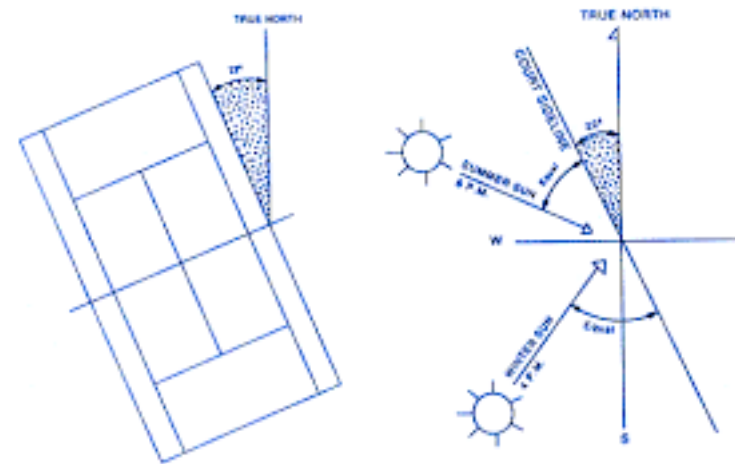
Fazem parte do Programa duas palestras principais:

Terça-feira:

- Palestra sobre tática com abordagem de:
 - Ângulos e Bissetrizes
 - Zonas da quadra
 - Seções da quadra

Quarta-feira:

- Palestra sobre Seleção de golpes



Como é o Treinamento?

- E ainda...
 - Jogos na quinta-feira à noite, para colocar em prática todos os conceitos
 - Certificado de Participação
 - Brindes Raquetes & Cia / Tecnifibre
 - Fotos dos Jogadores by Vitorio Pagliuso
 - Material didático em DVD

Cronograma dos Treinamentos

- Manhã
 - 08:00h - Aquecimento/ Palestras
 - 08:30h - Treinamento de Footwork
 - 09:00h - Treino em Quadra
- Palestras
 - Terça-feira às 16:00h
 - Quarta-feira às 16:00h
- Jogos
 - Quinta-feira a partir das 17:00h
- Tarde
 - 14:00h - Aquecimento
 - 14:30h - Treino em Quadra

Agenda

- Os treinos acontecem de segunda a sexta-feira, nos períodos da manhã e da tarde, das 08:00h às 11:00h e das 14:00h às 17:00h.
- Jogos na Academia Strang Tennis Camp na quinta-feira
- Programação gastronômica de segunda a quinta-feira
- Encerramento do Ribeirão Tennis Experience na sexta-feira às 16:00h

Agenda

06 a 10 de Janeiro de 2020

13 a 17 de Janeiro de 2020

Localização e Infraestrutura



O CFTRP está localizado na Academia Strang Tennis Camp.

A Academia está situada em um condomínio fechado, com muita segurança aos jogadores.

Estrutura

- 2 quadras de saibro cobertas
- 4 quadras de saibro
- 2 quadras rápidas

Endereço:

Anel Viário Contorno Sul ou Rodovia Antônio Duarte Nogueira KM 318
Condomínio Quinta da Boa Vista - Lado A



Opções de Acomodação

Indicação de hotéis próximos ao local do evento:

- Hotel Tryp by Wyndham
- Arco Hotel Express
- Hotel Santa Felicidade

Observações

- Os almoços não estão incluídos no valor do evento
- Traslados aeroporto-hotel-aeroporto e hotel-academia-hotel não estão incluídos

Valores e Forma de Pagamento

- R\$ 1.290,00* em até 3 vezes

Pagamento somente pelo site

www.ribeiraotennisexperience.com.br

* O valor da hospedagem não está incluído



Venha viver essa experiência!

Contato

- ☐ Telefone: 16 99633-5454
- ☐ E-mail: haroldo@cftrp.com.br
- ☐ Site: cftrp.com.br
- ☐ Facebook: facebook.com/cftenis.rp