

CORSI TENNIS CUS TRENTO PER ADULTI

I corsi sono suddivisi per gruppi di livello, principianti, intermedi e progrediti che verranno stabiliti dall'istruttore in base alle abilità degli allievi. Sono rivolti a tutti coloro che vogliono imparare o migliorare le tecniche del gioco del tennis

Dove:

Centro Sportivo Universitario Via delle Regole Mattarello

Quando:

Sabato mattina a partire dal 16/11/2024 al 01/02/2025 dieci lezioni da 1 ora

Costo:

€ 170

Iscrizioni:

Iscritti 4 per ogni corso

entro il 14/11/2025

inviando a mezzo mail a custn@unitn.it il modulo di iscrizione e copia della quietanza del bonifico

Per iscriversi ai corsi è necessario consegnare un certificato medico per attività sportiva non agonistica riportante la data di effettuazione di un ECG a riposo, la cui validità deve coprire l'intera durata del corso.

Descrizione:

PRINCIPIANTI dalle ore 9 alle ore 10

verranno eseguiti

esercizi specifici sulla tecnica dei principali colpi, ovvero diritto, rovescio, servizio, colpi al volo. fondamentali saranno gli esercizi in palleggio e i giochi a punti.

INTERMEDIO dalle ore 10 alle ore 11:

verranno affrontati

miglioramento della tecnica

partite di singolo

partite di doppio

PROGREDITI dalle ore 11 alle ore 12

verranno approfonditi:

miglioramento della tecnica

esercitazioni tecnico-tattiche volte all'apprendimento delle strategie di gioco in partita

partite di singolo

partite di doppio

NON CONOSCI IL TUO LIVELLO DI GIOCO O SEMPLICENTE VUOI PROVARE?

Ti aspettiamo sabato 9 novembre 2024 dalle 10.00 alle 13.00 per provare gratuitamente

Info:

CUS Trento Via Verdi 8

Tel 0461/281856

Mail custn@unitn.it