

CAMPUS DE APRENDIZAJE Y TECNIFICACIÓN DE TENIS DE MESA

Se celebrará en Miguelturna (Ciudad Real) en el pabellon El Cristo entre los días 10 al 15 de Julio .

Contará con el equipo tecnico del Club Miguelturna tenis de mesa ; Emilio Benito y con el entrenador titulado Antonio Fernández, jugador de Primera Nacional y entrenador de Club Deportivo Rivas y del Madrid C.T.M.

Además tendremos la colaboración de los sparrings:

Jaime Carranza, jugador del equipo de Primera Nacional y sparring de la escuela del Temesa Ciudad Real.

Javier Benito, jugador de División de Honor en España y jugador de N2 en Francia.



INICIACIÓN

- Cómo empuñar la raqueta correctamente.
- Aprender la tecnica en los golpes básicos de derecha y revés.
- Aprender a cortar.
- Aprender los desplazamientos de tenis de mesa.
- Aprender hacer un buen servicio y recepción de golpes.
- Aprender las normas de juego del tenis de mesa.

TECNIFICACIÓN

- Trabajo tecnico en golpes de derecha, revés, servicio y recepción.
- Trabajo táctico con servicio.
- Trabajo Físico con circuitos de coordinación y desplazamientos.
- Perfeccionar la modalidad del dobles.
- Charla Psicologica para mejorar la concentración en partidos.

El Sábado 15 se desarrollará un Torneo en el cual obsequiaremos premios a los 3 primeros clasificados.

Los internos se alojarán con los entrenadores en el colegio Clara Campoamor, ya que para esas fechas disponemos de camas para los diferentes campus deportivos que desarrollará el ayuntamiento en la localidad, la instalación cuenta con vestuarios masculinos y femeninos con sus correspondientes duchas, **IMPORTANTE** traer bolsa de aseo personal y sábanas para dormir.

DESAYUNO DE INTERNOS **8:00**
SESION DE ENTRENAMIENTO **9:00-13:00**
PISCINA **13:00-14:00**
COMIDA **14:30**
SESION DE ENTRENAMIENTO **16:30-20:30**
CENA DE INTERNOS **21:00**

Precios:

180€ pension completa del 10-15 de Julio.

140€ media pensión del 10-15 de julio.

90€ solo doble sesión de entrenamiento del 10-15 de julio.

35€ Doble sesión de entrenamiento con comida.

16€ sesión de entrenamiento a elegir mañana o tarde.

Inscripciones

Fecha límite : 6 de Julio

Numero de cuenta:

UNICAJA

ES91 2103 0439 63 0030017429

*Indicar:*Nombre,Apellidos y Edad

*Email y contacto:*gatulicurkins@gmail.com

665269475 ANTONIO.