

LA UISP TENNIS VENETO
ORGANIZZA

SABATO 7 MAGGIO 2022

C/O T.C. "F. FEDERICI" RIESE PIOX (TV)
VIA DON GNOCCHI - RIESE PIO X

TENNIS STAGE

LA PREPARAZIONE FISICA NEL TENNIS

CON

NICOLETTA BRESSA E MAURIZIO ZECCHINI

Tutti coloro che imparano a giocare a tennis hanno obiettivi e traguardi diversi. Alcuni hanno solo bisogno di un rafforzamento generale del corpo e di un passatempo emozionante. Altri si sforzano di raggiungere delle vette significative in una duratura carriera sportiva. Tuttavia, per entrambi, è assolutamente necessario migliorare la prestazione della forma fisica generale.

Se l'allenamento fisico è semplicemente assente, il futuro tennista non solo può dimenticarsi di raggiungere dei traguardi sportivi importanti, ma si espone a un rischio maggiore d'infortuni. La preparazione atletica è la base su cui è possibile costruire un buon allenamento di tennis e successivamente sviluppare anche una buona tecnica di gioco.

Questo stage è aperto a tutti i giocatori di ogni età e livello, atleti delle scuole tennis, maestri, istruttori, allenatori, insegnanti, semplici appassionati, che desiderano avere utili elementi per approfondire il "tennis" a 360°.

Inizio ore 14.30 - Termine ore 18.00

Informazioni e iscrizioni:

M° Naz.le Uisp e Coach certificato Atp, Marco
Carpigiani: 342/7231047

**Le iscrizioni devono pervenire entro il MARTEDÌ
26 APRILE a:**

**tennis.veneto@uisp.it specificando il proprio nome,
cognome e cell.**

La quota di partecipazione potrà essere versata
direttamente alla segreteria del circolo il giorno stesso
dello stage.

**Lo stage/aggiornamento si svolgerà nel rispetto di tutte le
normative anti Covid 19.**

Nicoletta Bressa

Nata a Belluno, è Diplomata ISEF. E' specialista in metodologia dell'allenamento. Docente in vari corsi per la formazione di tecnici per Uisp Tennis Veneto e Federazioni. E' preparatore atletico di squadre di tennis agonistiche e non agonistiche. Ha pubblicato un libro e vari articoli su riviste specializzate.

Maurizio Zecchini

Nato a Venezia, è Maestro Naz.le e per diversi anni è stato allenatore di giocatori italiani all'Orange Bowl di Miami e in tornei Juniores in Slovenia e Croazia. E' stato Direttore del settore agonistico di vari circoli in provincia di Venezia. Attualmente è al T.C. Mestre. Dal 2017 collabora con la Uisp Tennis Veneto come docente in corsi di aggiornamento regionali.

Al termine sarà consegnato attestato di partecipazione valido come credito formativo.

Lo stage è valido come corso di aggiornamento regionale obbligatorio per Insegnanti di Tennis Uisp