

CURSOS CORTOS DE BIOMECANICA APLICADA AL TENIS

AUSPICIA: FEDERACION INTERNACIONAL DE TENIS - FEDERACIÓN BOLIVIANA DE TENIS -
ASOCIACION DE COCHABAMBA DE TENIS DEL 21 - 22 ABRIL 2010 (CLUB DE TENIS COCHABAMBA)
Cochabamba - Bolivia

PROGRAMA

TEMAS

- ✚ Biomecánica teórico – Explicación conceptual de dos principios físicos Balance, inercia, Oposición de Fuerza, Momentum, Energía Elástica.
- ✚ Cadena de coordinación Juntamente con las explicaciones, exhibiciones de videos ilustrando los conceptos aplicados en el tenis.
- ✚ Biomecánica Practico Aplicación en cancha del Biomec, demostraciones y maneras propioceptivas de entrenar e integrar estos elementos en el juego.
- ✚ Fundamentar los conceptos físicos del acrónimo BIOMEK de forma visual e conceptual Mostrar su reflejo en la cancha en actividad practica.

EXPOSITOR: Experto Prof. Elson Longo

Experimentado profesional tutor del programa de capacitación de entrenadores de la confederación brasilera de tenis con especialidad énfasis en mecánica cuantica en la universidad de Sao Paulo (USP), Jugador Profesional y Entrenador, Expositor de congresos Nacionales e Internacionales de Tenis y autor de libros - artículos sobre Tenis

HORARIOS

20 de Abril: Llegada de los Participantes.

Miércoles 21 de Abril: Horas 8:00 a.m. Registro de participantes (Club de tenis Cochabamba)

COSTO DEL CURSO

Por participante Bs. 280

PRE-INSCRIPCIÓN

Asociación de Tenis Cochabamba: atcbba@supernet.com.bo Teléfono: 044 283441

Cuenta Banco Económico No 3041 003772 en Bs – Asociación de Cochabamba de Tenis

Con copia a FBT. secfbt@fbtenis.org.bo Teléfono: 337-3024

CIERRE DE INSCRIPCIÓN

Día 21 de Abril. 9.00 am.

LUGAR

Club de Tenis Cochabamba

COORDINADOR DEL SEMINARIO

Prof. Orlando Sandagorda .Subgerente de desarrollo de la F.B.T Cel. 72990399

E-mail: orlando_sandagorda@hotmail.com orlandosandagorda@gmail.com

RESPONSABLE: Asociación de Cochabamba y Club Tenis Cochabamba.

Lic. Rafael Arteaga Cel. 70711315

Prof. Daniel Miranda Cel.70721340. E-mail. dyaksic@hotmail.com



Cursos Cortos de Biomecánica

Programa General de horarios (21-22 Abril Cochabamba)

Hora	DIA 1 (MIÉRCOLES 21 DE ABRIL)	DIA 2 (JUEVES 22 DE ABRIL)
08:30 - 09:30	Apertura	Resumen (Sala)
09:30 - 10:30	Biomecánica (sala)	Análisis Golpes con Ultra Slow (Sala)
10:30 - 10:45	Break	Break
10:45 - 11:15	Local 1 Temas: Nuevos cambios de reglamento en la parte médica. Prof. Edwin Flores (White Badge)	Local 3 Temas: Presentación de nueva plataforma de On line de FBT. Ing. Eduardo Revuelta Prof. Edwin Flores (White Badge)
11:15 - 12:15	Movimiento en el Tenis (Cancha)	Intervenciones (Cancha)
12:15 - 14:00	Almuerzo	Almuerzo
14:30 - 15:30	Videos Golpes Avanzados (Sala)	Análisis de las intervenciones (videos) y conclusiones (sala)
15:30 - 16:15	Local 2 Tema: Nutrición para jugadores competitivos en la gira de Cosat. Lic. María Eugenia Encinas	Local 4 Tema: La experiencia en la gira del circuito COSAT. Lic. Daniel Miranda
16:15 - 16:30	Break	Break
16:30 - 17:30	Análisis y Observación de Golpes (Cancha)	Cierre (Preguntas y acto de clausura)
17:30 - 18:30	Análisis y Observación de Golpes (Cancha)	Final de curso y entrega de certificados
18:30 - 19:00	Final de Jornada (Preguntas)	

	<table border="1"> <caption>Distribución de Contenido</caption> <thead> <tr> <th>Categoría</th> <th>Porcentaje</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Práctico</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Teórico</td> <td>60%</td> </tr> </tbody> </table>	Categoría	Porcentaje	Práctico	40%	Teórico	60%	<table border="1"> <caption>Distribución de Contenido</caption> <thead> <tr> <th>Categoría</th> <th>Porcentaje</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Videos</td> <td>21%</td> </tr> <tr> <td>Contenidos Teóricos</td> <td>38%</td> </tr> <tr> <td>Dinámicas Prácticas</td> <td>43%</td> </tr> </tbody> </table>	Categoría	Porcentaje	Videos	21%	Contenidos Teóricos	38%	Dinámicas Prácticas	43%
Categoría	Porcentaje															
Práctico	40%															
Teórico	60%															
Categoría	Porcentaje															
Videos	21%															
Contenidos Teóricos	38%															
Dinámicas Prácticas	43%															

La actividad (Resumen en Cancha) es parte de la conclusión del curso. En este momento, los entrenadores tendrán la oportunidad de crear sus propias intervenciones frente a una mejora detectada en un golpe.

Conclusión

Este conjunto de actividades pretende crear una base sólida de los aspectos biomecánicos y modelos actuales, así como dejar caminos prácticos y directos para que los entrenadores puedan aplicar mejoras rápidas en sus jugadores, utilizando métodos propioceptivos, educativos y corporales.

Señores Directores: si tienen sugerencias de algunos temas, deben coordinar con el Subgerente de Desarrollo de la FBT Orlando Sandagorda R. Cel. 72990399 E-mail: orlandosandagorda@gmail.com orlando_sandagorda@hotmail.com