

Tennis e Padel

Quando

Da lunedì al sabato in sessioni diurne e serali

Quote

Costo variabile in funzione del tipo del corso e numero di partecipanti

Istruttore

Claudio Brizio, Lorenzo Marcone, Marta Colombo

Sede

Centro Sportivo Universitario di Mattarello (tennis campo sintetico)

Centro comunale M.Comperini di Rovereto (tennis campo terra rossa + padel)

Descrizione

L'iscrizione ai corsi è sempre aperta con pre-registrazione al seguente link

https://www.unitrentosport-custrento.it/it/prenota/?_a=primopob_bacheca_list e successivo contatto diretto con lo staff.

Le lezioni sono rivolte ad allievi dei seguenti livelli:

- Principiante
- Perfezionamento
- Pre-agonistico
- Agonistico

Attività e obiettivi

- saranno effettuati esercizi specifici sulla tecnica dei principali colpi, ovvero diritto, rovescio, servizio, colpi al volo. Esercizi in palleggio e i giochi a punti (principianti)
- Miglioramento della tecnica (perfezionamento)
- Partite di singolo e doppio (pre-agonistico)
- Esercitazioni tattico-tecniche volte all'apprendimento delle strategie di gioco in partita (livello agonistico)

Attrezzature utilizzate

Le attrezzature necessarie sono comprese nel costo.

Impegno richiesto

Medio