

## PROGRAMA TENIS PARA LA MUJER

### ALUMNOS

- .- Edad : A partir de 18 años
- .- Distribucion según nivel.
- .- Acuerdos con Asociac. y Entidades

### MATERIAL

#### PERSONAL

- .- 1 entrenador/grupo.

#### DEPORTIVO

- .- Pista tenis.
- .- Pelotas.
- .- Aros, conos, combas, steps, ...
- .- Cestas.

### METODO DE TRABAJO

- .- Duración de la clase 1 hora — 2 días/semana. Concertar Horario de Grupos
- .- Grupos: MAÑANAS (9,30) Lunes-Miercoles Martes-Jueves Sábados-Domingos (11,00)
- TARDES (21,00) Lunes-Miercoles Martes-Jueves Sábados-Domingos
- OTROS Acordar en función de las necesidades del grupo y disponibilidad de pistas y monitor
- .- Planificación del trabajo por grupos:
  - \* Diaria (Conocer el TENIS)
  - \* Mensual (TENIS Básico)
  - \* Bi o Trimensual (Iniciación)
- .- Seguimiento específico del alumno y del grupo de trabajo.

### OBJETIVOS

- .- Programas de aprendizaje organizados de fácil asimilación y divertidos.
- .- Proporcionar un mejor conocimiento del juego.
- .- Trabajo en equipo con un ambiente distendido y de expansión.
- .- Fomentar el aprendizaje del tenis, promoviendo su mayor inserción social a través de la práctica deportiva.