

Grupo Entrenamiento Competición

El Grupo de Entrenamiento Competición tiene:

La Escuela de Tenis del Club La Salina a cargo de la Profesora M. Fernanda Larrondo abrirá, a partir de junio, un espacio de entrenamiento destinado a grupos de jugadores que quieran competir

Los jugadores que participen de este grupo deberán jugar al menos un torneo de la Federación Andaluza de Tenis al mes.

Horas por semana: 4 hs. en los siguientes días: Lunes, Martes y Jueves (horario: 18:00h a 20:00h y 20:00h a 22:00h)

Cada grupo tendrá un mínimo de 3 y un máximo de 4 jugadores en pista. Comprende 1 hora y media de pista y media hora de trabajo físico que se hará en pista o gimnasio/squash de acuerdo a la dinámica de trabajo.

Cada curso de entrenamiento se contrata por un mínimo de 72 horas. Es decir que comprende Tres ciclos de 4 semanas (un trimestre).

Objetivo general

Preparación del jugador para competir en tres ciclos o fases.

Objetivos 1º Ciclo

El primer mes se cubrirá la preparación de los golpes. Ritmo y consistencia.

Objetivos 2º Ciclo

El segundo mes su aplicación en patrones combinados básicos para cada golpe. Sobre la base de Ritmo y consistencia, combinaciones simples hechas de modo sistemático y con control de los porcentajes de efectividad.

Objetivos 3º Ciclo

El tercer mes Ritmo, consistencia y combinaciones simples de modo consecutivo en función de un plan táctico.

Su aplicación en jugadas que combinan varios golpes y aprendizaje de tácticas de juego aplicadas en situaciones reales de juego con control de porcentajes.

Costo del curso: €60/mes por alumno

Coach a cargo del Grupo de Entrenamiento:

Alejandro Sedano Acosta

PTR PROFESSIONAL TENNIS COACH

Alejandro Sedano Acosta

EXPERIENCIA DE TRABAJO

España, San Fernando 2006 - 20012 Entrenador de Candelaria Sedano Acosta rank top 30 en Tennis Europe U14's and U16's mejor rank ITF U18's 134.

Sri Lanka Consultor en el Programa de Desarrollo de Juniors del país.

Irlanda Dublin 2002 - 2006 He trabajado en el desarrollo de programas de tenis para diferentes Clubs hasta Julio 2004 entrenando juniors y adultos en West Wood Tennis Club, Leopardstown Tennis Club and in David Lloyd's.

Irlanda Cork he trabajado en el complejo de Silverspring Sports Complex and Tennis.

Coach de los equipos de U18's de Tennis Ireland y Leinster Tennis Squads.

Algunas de mis referencias son:

SIR International, Carlos Salum USA, GGC Consultancy, Gustavo Granitto USA, Stephan Huet Ex Atp Top 100, Coach asesor para la Federación Francesa de Tenis., Mariano Monachessi ex coach of Tommy Robredo and Juan Ignacio Chela.



Como traveling coach he trabajado como consultor de jugadores de diferentes nacionalidades, entre ellos tuvo el honor de trabajar con Yulia Putintseva de Russia que ha sido Nº3 en juniors y actualmente está 101 rank Wta.



Experiencia en viajar por el mundo con jugadores Junior y Pro-players.

ASA TENNIS TRAVELING COACH

PTR Professional Tennis Coach USA
Certified desde 1972 Experiencia en
Atp Tour and Wta Tour coach de
diferentes jugadores pro hasta
ranking 250 Atp.

CURSOS DE ACTUALIZACIÓN

España 2008

Enrique Pisani Master in Laban
Movement

Irlanda 2006 2003

Frank Van Fraayenhoven (Holland)

Louis Cayer (Canada) Anticipation
en el match, como desarrollarla.

Garry Cahill National Program
development.

Ivo Van Ekken (Belgium) Talent
selection.

Argentina 2002 1990

Jeff Brabenec Enseñando y
aprendiendo a través del juego.

Doug Mac Courdy, Gustavo
Granitto, Gunthardt Tilmanis, and
Richard Shonborn.

Otros Títulos

Graduado Arquitecto, computer
literate habla y escribe en otros
idiomas, inglés nivel alto, italiano,
francés y portugués, nivel básico
medio.

Alejandro Sedano Acosta

Calle Guacolda 3 1ºPiso B

CP 11100 San Fernando Cadiz España

_Tel.: 956 59 42 02 Móvil 671 150 085

email: alejandrosedanoacosta@gmail.com