



ACTIVIDADES DE INICIACIÓN TENIS DE MESA

PROGRAMA

- Introducción al Tenis de Mesa (20'-30')
- Conceptos básicos de juego (en mesa) (40'-50')
- Grip, Posición, Golpes básicos, ...
- Ejercicios y juegos en la mesa (1h-1h15')
- Competición, partidos y juegos (1h-1h15')

PARTICIPACIÓN

- Podrán participar escolares nacidos y nacidas en los años 2000/01/02/03/04/05/06/07/08/09
- Monitores

FECHAS

- Los cursos se celebrarán de Diciembre-2017 a Mayo-2018. El curso será una jornada de mañana o tarde de unas 3-4 horas de duración.

INSCRIPCIÓN Y CUOTA

- La inscripción podrá realizarse en la web: <http://www.bizkaia.eus/eskolakirola> a través de una entidad o bien de forma individual (inscripción paterno/materna).
- No se realizará sorteo.
- La cuota de inscripción será de 5 euros por escolar y/o técnico.

OBSERVACIONES

- Los cursos se impartirán a partir de 15 alumnos y un máximo de 40 alumnos por curso. En el caso de grupos de 15 o más personas pertenecientes al mismo centro, se podría impartir en el propio centro.

INFORMACIÓN

Si se desea más información dirigirse a:

Federación Vizcaína de Tenis de Mesa

C/Martín Barua Picaza Kalea, 27 – Dpto 607

48003 Bilbao

94 407 92 72

www.Fvtm.org

tenisdemesa@Fvtm.org



HASTAPEN JARDUERAK

MAHAI-TENISA

EGITARAUA

- Mahai-tenisa: sarrera (20'-30')
- Jokoaren (mahaian) oinarrizko kontzeptuak (40'-50')
- Gripa, kokapena, oinarrizko kolpeak...
- Aniketak eta jokaldiak mahaian (1h-1h15')
- Lehiaketa, partidak eta jokoak (1h-1h15')

PARTE HARTZEA

- 2000/01/02/03/04/05/06/07/08/09 urteetan jaiotako haur guztiak parte har dezakete.
- Monitoreak

DATAK

- Ikastaroak 2017ko abendutik 2018ko maiatzera bitartean egingo dira. Ikastaroa goiz edo arratsalde bateko saio bat izango da, 3-4 ordukoa.

IZEN-EMATEA ETA KUOTA

- Inskripzioa <http://www.bizkaia.eus/eskolakirola> web orriaren bidez egin daiteke, enakunde baten bitartez edo norberaren kabuz (izen-ematea amak edo aitak egitea).
- Ez da zozketarik egingo.
- Eskola-ume eta/edo teknikari bakoitzak 5 euroko kuota ordaindu beharko du.

OHARRAK

- Ikastaroa egiteko, gutxienez 15 ikasle egon behar dira, eta, gehienez, 40. Zentro bereko 15 pertsonako edo hortik gorako taldeen kasuan, ikastaroa zentroan eman daiteke.

INFORMAZIOA

Informazio gehiagorako:

Bizkaiko Mahai-teniseko Federazioa

C/Martin Barua Picaza Kalea, 27 - Dpto 607

48003 Bilbo

944 079 272

www.fvtn.org

tenisdemesa@fvtn.org