

ACTIVIDADES DE INICIACIÓN

MAHAI TENISAN HASTEKO IKASTAROAK (II. MAILA) / CURSOS DE TENIS DE MESA (NIVEL II)

¿Quiénes pueden participar?

Los cursos se dirigen a escolares de 6º de ENSEÑANZA PRIMARIA y 1º y 2º de E.S.O. que realicen la inscripción a través de su centro escolar. Éste podrá inscribir a cuantos grupos desee, siempre y cuando los mismos estén formados por un mínimo de 8 escolares y un máximo de 24.

En el caso de que un centro escolar desee inscribir un número de escolares diferente al señalado, su aceptación estará supeditada a que se pueda completar el grupo.

Fechas:

Los cursos constan de 4 sesiones de hora y media de duración, con la posibilidad de realizarlo tanto en horario escolar como fuera de él. Para concretar fecha y horario, el centro tendrá que ponerse en contacto con la Federación Guipuzcoana.

Lugar:

En el propio centro escolar, o en las instalaciones deportivas más cercanas que cuenten con las suficientes mesas de juego.

Material y profesorado:

La Federación Guipuzcoana de Tenis de Mesa se hará cargo de proporcionar las mesas necesarias para la realización de los cursos y de la reserva del local de juego, así mismo proporcionará los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad (palas y pelotas). El profesorado encargado de los cursos cuenta con la titulación pertinente.

Precio:

20 euros por participante. El importe deberá ser abonado en la siguiente cuenta corriente: 2095 5009 73 1061409073.

Procedimiento de inscripción:

El centro escolar realizará la inscripción a través de internet, accediendo al apartado dedicado a actividades de iniciación en la aplicación informática de Inscripciones de deporte escolar.

Previamente, deberán confirmar con la *Federación Guipuzcoana de Tenis de Mesa* las fechas y el horario del curso

Para cualquier información complementaria acudir al coordinador de deporte escolar de la *Federación Guipuzcoana de Tenis de Mesa* en el 607 44 37 81 (Jesús Gómez).

EGITARAU/PROGRAMA

- Calentamiento específico.
- Presa correcta de pala (europea y lapicero).
- Aprendizaje del golpe de derecha.
- Aprendizaje del golpe de revés.
- Aprendizaje del golpeo cortado de derecha.
- Aprendizaje del golpeo cortado de revés.
- Iniciación al golpe de ataque de derecha (*topspin*).
- Iniciación al golpe de ataque de revés (*topspin*).
- Bloqueos defensivos.
- Series de servicios con efecto.
- Partidillos entre todos a tiempo.
- Estiramientos y vuelta a la calma.

