



UN WEEKEND DA TENNIS PRO

Promosso da Tennis for Africa Onlus

Tre giornate per apprendere le tecniche di allenamento riservate ai professionisti della racchetta coordinate dal coach internazionale **Fabrizio Caldarone** e dal suo staff di maestri. Verrà riportato l'esempio di **Kevin Anderson** (RSA), ambasciatore di Tennis for Africa: all'età di 32 anni raggiunge il suo migliore ranking internazionale (5) grazie ad una accurata preparazione tattico – strategica e mentale.



**Gioca con noi ed
adotta un giovane
tennista africano!**

**Sessioni
personalizzate
dedicate ai
partecipanti di
ogni età e livello**

**Proponiamo una
località
prestigiosa**

**Galzignano Terme
(Pd),**

**Gruppi omogenei
con al massimo 4
giocatori per
campo**

TENNIS FOR AFRICA ONLUS

Via Due Ponti 48/a 00191 ROMA

Tel 335 5392678

info@tennisforafrica.org



IL TUO COACH PERSONALE

Fabrizio Caldarone

52 anni, è coach internazionale di tennis.

E' stato dirigente e responsabile per le sponsorizzazioni di atleti ed eventi internazionali rappresentando importanti aziende nel mondo dello Sport.

Per molti anni ha lavorato all'estero con alcuni tra i tennisti più forti al mondo, specializzandosi sulla tattica e strategia di gioco. E' laureato in Scienze Politiche con indirizzo internazionale a Padova ed ha conseguito un Master in marketing e management sportivo a Parigi.

Attualmente segue lo sviluppo di progetti di turismo sportivo e culturale con le scuole indiane, oltre alla direzione tecnica del centro tecnico federale di Tennis di Shanghai.

Ha collaborato con

**IVO KARLOVIC
(CRO), OLIVIER
ROCHUS (BEL),
GUILLERMO CORIA
(ARG)**

Segue da 5 anni il
progetto sportivo
umanitario in
Tanzania per

TENNIS FOR AFRICA

Nel 2006 ha fondato
la società

**TENNIS
CONSULTING**





FISSA LA TUA DATA

Galzignano Terme

7/9 Dicembre 2018;

4/6 Gennaio 2019;

15/17 Febbraio 2019;

8/10 Marzo 2019;

12/14 Aprile 2019;

Circolo Tennis Galzignano

**Alberghi consigliati:
Hotel Sporting; Hotel
Majestic; Hotel Splendid**

**Quota
partecipazione**

140,00 Euro

**Iniziativa
finalizzata alla
raccolta fondi per
lo sviluppo della
pratica del tennis
tra i giovani in
Kenia, Sierra
Leone e Tanzania**

IL PROGRAMMA DI MASSIMA

Venerdì

Dalle ore 10.00 Check-in

Dalle ore 10.30 Benvenuto e presentazione del programma: aspetti principali e percorso da seguire per migliorare il proprio gioco; tecnica, strategia di gioco, condizione atletica e mentale

Ore 12.30 Pranzo

Dalle 14 alle 15.30 In campo con vari esercizi in palleggio; utilizzo del cesto e palla data a mano per verificare la condizione generale di ciascun giocatore

Dalle 15.30 alle 17 Applicazione di modelli diversi e metodi di allenamento personalizzati

Ore 17 Esempi di esercizi in palestra con programmi personalizzati e stretching

Ore 18 Relax e tempo libero

Ore 20.00 Aperitivo e cena

Sabato

Dalle ore 9 alle 12 Sessione di allenamento seguendo i programmi personalizzati

Ore 12.30 Pranzo

A partire dalle 15 Mini torneo. Tutti gli incontri vengono seguiti ed i giocatori assistiti con il coaching

Ore 18 Fine torneo e tavola rotonda per commentare il torneo giocato, rispondere alle varie domande e stabilire la più efficace strategia di gioco per ogni singolo partecipante

Ore 18.30 Premiazione torneo

Ore 20.00 Cena

Domenica

Dalle ore 9 alle 12 Partite utilizzando la nuova strategia di gioco elaborata per ciascun giocatore

Ore 12.30 Pranzo con cerimonia di consegna dei certificati di Tennis for Africa e fine sessione

VIVI UN
WEEKEND DA
PROFESSIONISTA

SCOPRI COME
MIGLIORARE IL
TUO LIVELLO DI
GIOCO

VERIFICA COME
SUPERARE I TUOI
PUNTI DEBOLI

VUOI SAPERNE DI PIU'?

TEL. 335-5392678

