

# *A.s.d. Modern Tennis Methodology Coach Association*

## **PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE PER DIVENTARE TECNICO FORMATORE**

---

Il corso di formazione per diventare un MTMCA Tecnico/ Formatore, é rivolto a tutti coloro che hanno conseguito la qualifica di Maestro Csen o MTMCA Tennis Teaching Professional e che volessero approfondire e ampliare le nozioni relative alla metodologia di insegnamento MTMCA per arricchimento personale o al fine di intraprendere la carriera di formatore per la Modern Tennis Methodology Coach Association.

Per tale ragione, il corso sarà suddiviso in:

- un modulo teorico che verterà sui principi base su cui si fonda la biomeccanica e sullo studio delle principali catene muscolari al fine di analizzare approfonditamente i vari elementi che contribuiscono all'esecuzione di un determinato colpo.
- un modulo pratico che si svolgerà prevalentemente sul campo in cui verranno analizzati i principali colpi dal punto di vista biomeccanico al fine di esaminare dettagliatamente la metodologia di insegnamento della Modern Tennis Methodology Coach Association.

N.B. Non tutti coloro che faranno il corso per divenire Tecnici/Formatori MTMCA, potranno lavorare in qualità di formatore per la Modern Tennis Methodology Coach Association al fine di effettuare i corsi di formazione per diventare Istruttori o Maestri. Tale possibilità é subordinata ad una selezione eseguita non solo sulla base del conseguimento della certificazione di Tecnico/Formatore MTMCA, ma anche in relazione al Curriculum Vitae, all'esperienza lavorativa e alla carriera sportiva.

### **Programma dettagliato modulo teorico**

- Note di biomeccanica
  - Caratteristiche di inerzia
- Le catene muscolari
  - Principali catene muscolari
  - Catene muscolari degli arti inferiori
  - Catena retta anteriore (cra)
  - La catena di flessione
  - Influenza propriocettiva della catena di flessione
  - Influenza viscerale sulla catena di flessione
  - Catena retta posteriore (crp)
  - Catena di estensione
  - Catena crociata posteriore destra (ccp)
  - Catena di aperture
  - Catena crociata anteriore sinistra (cca)
  - Catena di chiusura: funzioni

### **Programma dettagliato modulo pratico**

### **Biomeccanica colpi base**

- Diritto
- Rovescio a due mani ad azione multipla
- Rovescio a due mani ad azione unita
- Rovescio ad una mano
- Rovescio slice
- Volée di diritto
- Volée di rovescio
- Servizio
- Smash

### **Materiale didattico obbligatorio:**

Play better tennis in 2 hours

The ultimate collection 10 Dvds

Biomeccanica dei colpi

Clinicians' notes

### **Materiale didattico da ripassare con attenzione:**

Dialettica Metodologica

### **Durata del corso: 40 ore**

Almeno 19 ore di studio "a distanza", in quanto parte del materiale didattico verrà spedito ai partecipanti al corso via e-mail, dopo aver compilato la scheda di ammissione e aver allegato la ricevuta relativa al pagamento dell'importo di Euro 320 + 21 ore di formazione teorico e pratica durante il corso.

N.B. I partecipanti dovranno leggere con attenzione e iniziare a studiare il materiale didattico che verrà esplicito dettagliatamente dai tecnici formatori durante il corso di formazione.

### **Costo:**

Il costo di Euro 320 comprende:

- corso di formazione per diventare Tecnico/Formatore MTMCA (Modern Tennis Methodology Coach Association)
- Materiale didattico

Costi aggiuntivi non compresi:

- Euro 50 Tesserino tecnico MTMCA e Diploma MTMCA

N.B. Come già esplicito precedentemente, il materiale didattico verrà inviato via mail (ad eccezione dei dvds), ma nel caso in cui un partecipante volesse usufruire del servizio di stampa e rilegatura delle dispense, dovrà specificarlo nel modulo di ammissione ai corsi di formazione e aggiungere la quota di Euro 20.

Le dispense stampate e rilegate verranno consegnate all'inizio del corso di formazione.

N.B. Coloro che decidessero di partecipare ai corsi di formazione in qualità di **UDITORI**, non saranno soggetti all'esame finale. Alla fine del corso riceveranno un attestato di partecipazione.

Il costo del corso di formazione sarà di Euro 150 e includerà il materiale didattico (esclusi i 10 dvds)

L'ordine dei dvds è facoltativo e dovrà essere specificato nel modulo di richiesta ammissione ai corsi di formazione.

### **Modalità di pagamento:**

- **Euro 320** per la partecipazione al corso di formazione, da saldare almeno 15 giorni prima dell'inizio del corso mediante bonifico bancario intestato a A.S.D. Modern Tennis Methodology Coach Association, Gruppo Bancario Credito Valtellinese, Via Jacopo Palma 26, Agenzia n°8, Milano, IBAN: IT21Q0521601611000000002094.  
Nella causale specificare nome, cognome, tipologia di corso e data.
- **Euro 50** per i costi aggiuntivi (tesserino tecnico MTMCA e Diploma MTMCA), da saldare la mattina dell'inizio corso.
- N.B. Coloro che decidessero di partecipare ai corsi di formazione in qualità di **UDITORI**, dovranno pagare Euro 150 + (Euro 70 dvds facoltativi) almeno 15 giorni prima dell'inizio del corso mediante bonifico bancario intestato a A.S.D. Modern Tennis Methodology Coach Association, Gruppo Bancario Credito Valtellinese, Via Jacopo Palma 26, Agenzia n°8, Milano, IBAN: IT21Q0521601611000000002094.  
Nella causale specificare nome, cognome, tipologia di corso e data.

Nel caso in cui un partecipante non riuscisse a presenziare per qualsiasi ragione al corso di formazione per il quale ha effettuato la richiesta, la Modern Tennis Methodology Coach Association riterrà valido il pagamento della quota, garantendo al futuro corsista l'iscrizione gratuita al prossimo corso di formazione da lui scelto.

Qualora non si superasse l'esame, tale prova potrà essere nuovamente effettuata durante una delle successive sessioni d'esame gratuitamente. Nel caso il corsista non riuscisse a passare l'esame durante la seconda sessione d'esame, potrà ridarlo nuovamente ma dovrà pagare una quota di Euro 50 prima di iniziare la sessione d'esame.

