CURSO DE FORMAÇÃO DE INSTRUTORES DE PADEL

Nível I

Curso de Formação de Instrutores:

Para quem é este curso?
Este curso foi desenvolvido para pessoas que desejam dar os primeiros passos no ensino deste esporte, para instrutores e treinadores que desejam aprimorar suas habilidades e aprender novas técnicas para enriquecer seu desenvolvimento profissional, e para jogadores que buscam melhorar sua técnica e aprender novos sistemas de treinamento para otimizar seu desempenho em competições.

Requisitos do Curso
• Nível intermediário de jogo.
• Conhecimento das regras oficiais.
• Boa condição física.
• Espírito de equipe e colaboração.

Estrutura do Curso
O curso será composto por 50% de teoria e 50% de prática, portanto, recomenda-se que os participantes possuam uma boa base teórica.
O curso terá duração de três dias completos, totalizando 30 horas de instrução.
No último dia do curso, os alunos deverão realizar uma prova teórica e prática. Os aprovados deverão completar 100 horas de treinamento prático em um clube reconhecido pela Federação.
Aqueles que já possuírem experiência e puderem comprovar a conclusão do treinamento prático exigido estarão isentos desta etapa do curso.
Após a verificação do treinamento prático, os alunos aprovados receberão o certificado oficial da Federação.
Os alunos reprovados na prova deverão praticar os tópicos designados e poderão refazer a prova em uma data previamente acordada.

Materiais fornecidos
- Certificado de participação.
- Manual de trabalho.
- Manual prático com 200 exercícios.
- Camiseta oficial do curso

Equipe de trabalho
- Máximo Castellote
- Jorge Nicolini
- Lucas de Miguel
- Luciano Rosa

Inscrição
Para se pré-inscrever, envie as seguintes informações para cursos@padelalmaximo.es:
• Nome completo
• Endereço
• Número do documento de identidade
• Número de celular

Horário
Sexta-feira, sábado e domingo, das 9 hs às 19 hs.

Contato e inscrição

Luciano Rosa
lucianorosa71@gmail.com
+55 41 99193 2409
Máximo Castellote
cursos@padelalmaximo.es
+34 606595143

Preço
- Valor integral: R$ 3.500,00

Forma de pagamento:
- À vista no PIX.
  ou
- Entrada de R$ 700 (matrícula) e saldo parcelado em até 4x no cartão de crédito com juros no link de pagamento.

TÓPICOS

1. Aulas
- Introdução
- Alunos iniciantes
- Alunos avançados
- Aulas individuais
- Aulas em dupla
- Aulas em trio ou quarteto
- Prognóstico e novas técnicas de trabalho
- Introdução ao trabalho com grupos
- Diferentes grupos de turmas
- Planejando as primeiras oito horas de aula
- Considerações para as turmas
- Quando corrigir
- A ordem das correções
- Planejamento de 40 horas de aula

2. Conhecimentos técnicos
- Empunhaduras
- Posições de jogo
- Os efeitos
- Plano
- Slice
- Top Spin
- Os deslocamentos no pádel
- Deslocamento lateral
- Deslocamento frontal
- Deslocamento para trás
- A importância de uma boa movimentação
- A pirâmide dos golpes

3. Didática de ensino
- Introdução
- Utilização do cesto de bolas
- Troca de bolas com o monitor
- Troca de bolas entre alunos ou jogadores
- Semáforo
- Quadra completa
- Na defesa

4. Técnica e progressões de golpe
- Voleio: baixo, alto e bloqueio
- Introdução
- Técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Direita ou forehand
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Correções
- Esquerda ou backhand
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Correções
- Saque
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Devolução de saque
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Lobby
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Saída de parede
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Contra parede
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Tipos de Smash
- Introdução
- Bandeja
- Introdução e técnica
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino
- Víbora

www.padelalmaximo.es
cursos@padelalmaximo.es
Tel. +34 606595143

o Introdução e técnica
o Erros mais frequentes
o Metodologia de ensino
- Smash chapado de finalização
o Introdução e técnica
o Erros mais frequentes
o Metodologia de ensino

5. Erros e correções
- Direita ou forehand
- Esquerda ou backhand
- Voleio
- Smash
- O saque
- O lob

6. Exercícios e sistemas de trabalho
- Como formar uma dupla de padel
- Controle de bola
- Aulas táticas
• Giro
- Introdução e técnica
- Vantagens de utilizar o giro
- Erros mais frequentes
- Metodologia de ensino

7. Estratégia e tática no padel
- Introdução
- Táticas básicas
- Táticas especiais



www.padelalmaximo.es
cursos@padelalmaximo.es
Tel. +34 606595143