

## Curso Play and Stay

**Cidade:** Sorocaba / SP  
**Data:** 07/11/2015  
**Horário:** Das 8:30 às 18hs

**Palestrante:** Suzana Silva

### Conteúdo:

- Apresentação do Programa Play and Stay
- Como utilizar os diferentes tipos de bolas e tamanhos de quadra
- Como tornar o tênis fácil, divertido e saudável
- Trabalho técnico/tático com jogadores iniciantes
- Golpes básicos – ensino por progressões
- Ensino através do jogo
- Exercícios de desenvolvimento motor
- Tênis e seu benefício para a saúde.

### Local:

#### Smash Center Sorocaba

Rodovia Raposo Tavares, KM 101,5 (Sentido Interior) – Sorocaba, SP  
Tel.: (15) 3217-1717

### Valores:

**Filiados:** R\$ 160,00 - (2 parcelas de R\$ 80,00)

**Não filiados:** R\$ 195,00 - (2 parcelas de R\$ 97,50)

O pagamento é através de depósito bancário:  
Banco Itaú: Ag: 0740 | Conta Corrente: 66.927-0  
CESAR KIST E CD LTDA ME  
CNPJ: 08.679.865/0001-38.

Após realizar o depósito, enviar um e-mail para [hugo.castro@cbtenis.com.br](mailto:hugo.castro@cbtenis.com.br), aos cuidados do Depto de Capacitação com o comprovante do depósito, nome completo, endereço, telefones, e-mail e o nome da cidade que se realizará o curso. Quando se tratar de filiação, especificar.

**Antes de efetuar o depósito, confirmar via telefone se há vagas disponíveis**

### Informações e inscrições:

Hugo de Castro: [hugo.castro@cbtenis.com.br](mailto:hugo.castro@cbtenis.com.br)

Tel.: (11) 2039-1700

### FILIAÇÃO AO DEPARTAMENTO DE CAPACITAÇÃO DA CBT:

R\$ 200,00 à vista ou em 2 vezes

Patrocinadores:





**CONFEDERAÇÃO  
BRASILEIRA DE TÊNIS**

ESPORTE PARA TODA VIDA

Av. Rubem Berta, 1493 - Indianópolis  
CEP 04074-010 - Sao Paulo - SP  
Fone: +55 11 2039 1700  
Fax: +55 11 2039 1702

[www.cbtenis.com.br](http://www.cbtenis.com.br)

**Atenção: O Departamento de Capacitação se reserva no direito de adiar o curso até 3 dias antes da data, caso não haja o mínimo de 15 inscritos. Nesse caso todos serão avisados.**

Patrocinadores:

---

