

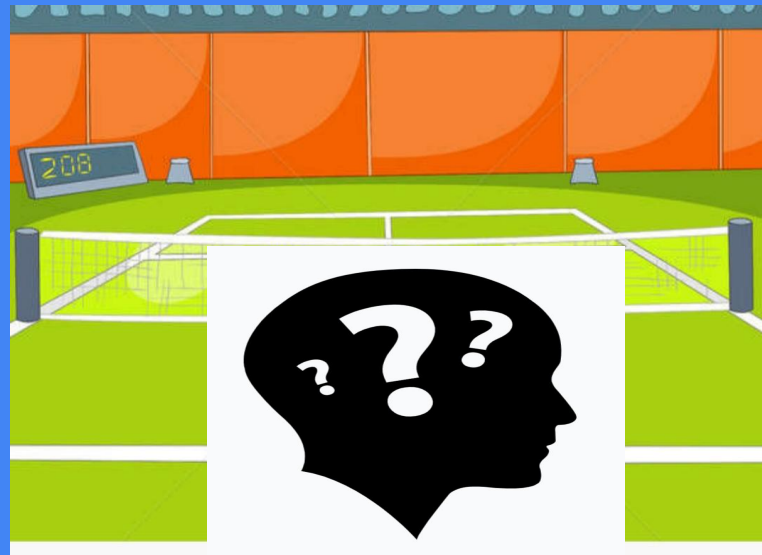
JOGUE O SEU MELHOR TÊNIS

EM QUALQUER NÍVEL

COM QUALQUER IDADE



JOGANDO TÊNIS COM A CABEÇA



Introdução

Muitos jogam a bola para o outro lado da quadra, mas jogar tênis é muito mais do que isto. É preciso ter consciência do que está acontecendo do seu lado da quadra e do lado do seu adversário.

É preciso dominar o diálogo mental interno e o dialogo mental com seu adversário

O jogo de tênis se baseia em um tripé, a parte física, a parte técnica e a parte mental.

Primeiro ponto

É FUNDAMENTAL O EQUILÍBRIO DOS TRÊS PILARES PARA SE ALCANÇAR UM BOM NÍVEL EM QUALQUER CATEGORIA, SEJA PROFISSIONAL, JUVENIL OU VETERANO.

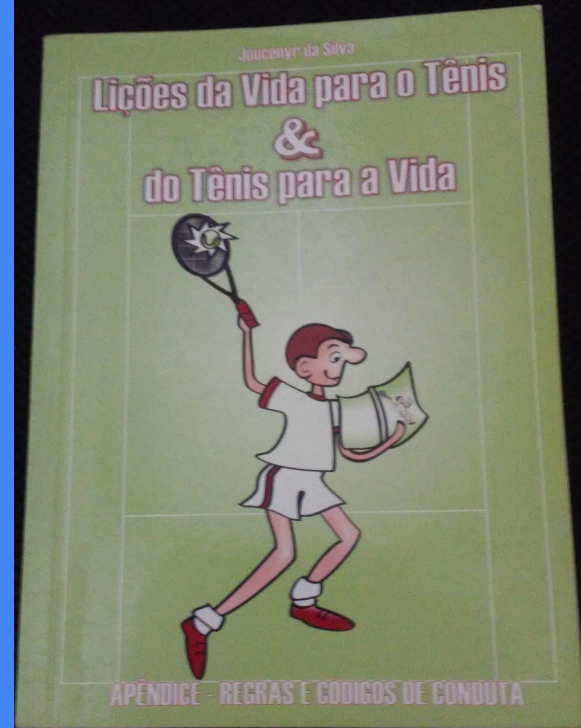
10 HABILIDADES MENTAIS NO TÊNIS



100%

Garanto sua satisfação plena ou devolvo seu investimento.

**AUTOR DO LIVRO
LIÇÕES DA VIDA
PARA O TÊNIS E DO
TÊNIS PARA A VIDA**



"Jogar tênis bem não é uma meta a ser alcançada e sim um processo contínuo no qual nunca se chega ao fim. A hora que você interrompe o processo, achando que já alcançou a meta, a decadência é rápida e certa."

Joucenyr

SEU MAIOR ADVERSÁRIO É O MEDO

Quanto maior a ansiedade
para ganhar um jogo, maior o
descontrole e o medo de
perder não deixa você ganhar.

Obrigado!

Contato:

JOUZENYR DA SILVA -
Psicólogo

Icaraí- Niterói

Tel 21997559589
ou 21967554005

GRANDE
OPORTUNIDADE DE
APRENDIZADO COM
KRESIMIR RITZ (camisa
branca) CROATA,,
NÚMERO 1 DO MUNDO
DE VETERANO.

