

# El tenis es divertido

- El tenis es **simple** y **accesible**.
- Se puede aprender en cualquier tiempo y momento de su vida.
- El tenis **es universal**. En cualquier lugar del mundo se puede jugar tenis. Aunque no hable el idioma, Ud. encontrará alguien con quien compartir un momento deportivo único.
- Ud. Puede acceder fácilmente a jugarlo en clubes afiliados a la Federación de Tenis, guiado por profesores con Título Oficial Nacional.
- **El tenis es un deporte incomparable**. Reúne las mayores condiciones que otros le ofrecen por separado. Por todo esto, acérquese a una mejor vida. Por todo esto... **Jugá Tenis!!**.

## ¿Por qué jugar tenis?

El tenis es un deporte en el cual, como dijera un gran campeón, “**te acompaña de la cuna al fin de nuestras vidas**”.

Conocido comúnmente como un deporte para toda la vida, el tenis brinda posibilidades de desarrollo de calidad de vida en niños y adultos. El tenis es un deporte para vivir mejor .

- Con un **bajo riesgo de lesiones**. Ud. Puede jugar periódicamente, mejorando su capacidad cardiovascular (reduciendo los riesgos en edades mas avanzadas), y respiratoria.
- El contacto propio con el deporte ayuda a **reducir los niveles de stress** de los participantes, quienes seguramente, canalizan las tensiones acumuladas jugando tenis.
- Nos permite tener una **mejor coordinación** de nuestros movimientos, la relación de correr, pararse, golpear, volver, son movimientos constantes que nutren al cuerpo de correcta elación muscular.
- Nos **mantiene en forma**, optimistas, dinámicos y ágiles; y por sobre todos nos mantiene **positivos**.
- También, por él, **pertenecemos** a un club, country o asociación; representando en competencia locales, regionales y / o nacionales.
- El tenis **nos enseña a competir**. Desarrolla la utilización de la estrategia y la táctica, pautas que se utilizan en toda actividad que se desarrolle.
- El tenis **nos acerca a la familia**. Por él podemos jugar con esposas /os e hijos, hermanos/ as, en cualquier tiempo, compartiendo un grato momento juntos.
- Con el tenis los niños logran:
  1. Adquirir una apreciación de un **estilo de vida deportiva**.
  2. Desarrollar una **imagen positiva** y gran **autoestima**.
  3. **Aprender a trabajar** un objetivo.
  4. Desarrollar las **habilidades de relación social** con otros niños y adultos.
  5. Aprender a **manejar el valor del éxito y la derrota**, una competencia justa.