

Kids/Junioren Tennis - TC Gitterli Info/Angebot Training



Trainingsangebot

Der TC Gitterli bietet neu ab Herbst 2019 Kids und Juniorentraining an.

Wir bieten ein regelmässiges Training an auf unseren Ganzjahres Tennisplätzen, so lange es die Temperaturen und das Wetter es zulassen.

Es wird in verschiedenen Trainingsgruppen nach dem Konzept von **Swiss Tennis (Kids Tennis High School)** und ITF (Tennis 10's) nach Spielniveau und Alter trainiert.

Wichtig ist, dass wir mit den Kindern neben der motorischen Grundschule und dem Techniktraining auch das Aufwärmen, Kraft, Kondition und Dehnen im Training integrieren.

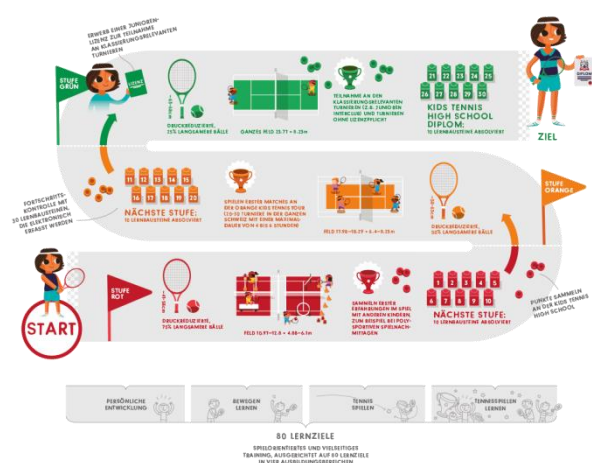


Kids Tennis High School

Die Kids Tennis High School ist ein modernes Ausbildungsprogramm für Kinder von 5 bis 12 Jahren. Hier erlernen die Kinder in der Schweiz den Tennissport vielseitig, kindergerecht und spielorientiert.

Auf drei Stufen trainiert Ihr Kind immer seinem Alter und Spielniveau angepasst. Kleinere Plätze, langsamere Bälle und angepasste Schläger sorgen dafür, dass es von Anfang an Ballwechsel spielen kann und Spass hat.

In 30 Lernbausteinen werden die Kinder an den Tennissport herangeführt und erlernen die nötigen Fähigkeiten, damit Sie gerüstet sind für Turnier- und Interclubmatches.



Trainingsinfos

Trainingsgruppen:

Gruppe Rot (Kids/Anfänger)	Alter ca. 5 - 8 J.	Kleinfeld, kleines Netz, rote Bälle
Gruppe Orange (Kids)	Alter ca. 7 - 10 J.	normales Netz, kleineres Feld, orange Bälle
Gruppe Grün (Kids/Junioren)	Alter ca. 9 - 12 J.	normales Feld, grüne Bälle
Gruppe Junioren	Alter ca. 12 - 16 J.	normales Feld, normale Bälle

Trainingsdauer Saison:	ganzes Jahr je nach Wetter und Temperaturen, ausgenommen Schulferien BL	
Anzahl Trainings pro Jahr:	(ca. 20 - 30 Trainings)	
Trainingsdauer pro Training:	1 Std. 15 Min. bis 1 Std. 30 Min je nach Gruppe	
Trainingsinhalte:	Einlaufen, Technik, Motorik, Kraft, Kondition, Dehnen	

Kosten

Kids/Junioren bis 16 J.	(pro Teilnehmer für ein Jahr) Trainingskosten ganzes Jahr 300.- Mitgliederbeitrag 40.- (Mitgliederbeitrag gratis, wenn Eltern Aktivmitglied im TC Gitterli sind)
Junioren ab 16 - 20 J.	Trainingskosten ganzes Jahr 300.- Mitgliederbeitrag 50.-

Kontakt

Heinz Jost - Spielleiter/Kids-/Juniorenverantwortlicher - tennis@planet-sport.ch