

Kids Tennis - das Kinderförderprogramm vom TC Maur ab Sommer 2016

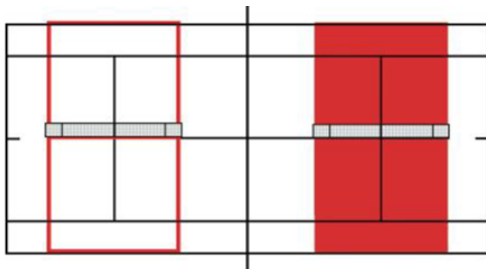
Ab dem Sommertraining 2016 wird im TC Maur nach dem offiziellen Kinderförderprogramm „Kids Tennis“ von swisstennis trainiert. Das Motto von Kids Tennis lautet ganz simpel:

Tennis ist einfach und macht Spass

Die Kinder erleben mit Kids Tennis einen abwechslungsreichen und altersgerechten Unterricht. Das Programm stellt Spiel und Spass in den Vordergrund und richtet sich bereits an Kinder ab 5 Jahren. Die drei verschiedenen Lernstufen Rot, Orange und Grün stellen Anforderungen auf angepasstem Niveau:

Stufe Rot

Die Rackets sind leicht, der Ball springt langsam und die Felder sind klein und überblickbar. Im Zentrum stehen das Erkennen von Flugbahnen sowie die koordinativen Fähigkeiten, die mit Hilfe polysportiver Herausforderungen verbessert werden.

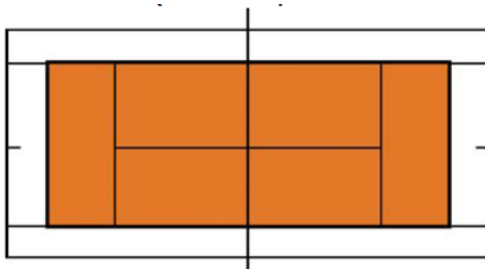


Stufe rot (11 x 6 m)

- langsame, druckreduzierte Bälle oder Schaumstoffbälle
- empfohlene Schlägergrösse ca. 41-58 cm

Stufe Orange

Beim Spielen auf der orangenen Stufe wird das ganze Spielfeld ausgenutzt und die Schläge werden situativ angepasst. Auf einem noch immer kleinen Feld und mit einem druckreduzierten Ball wird miteinander oder auch gegeneinander gespielt.

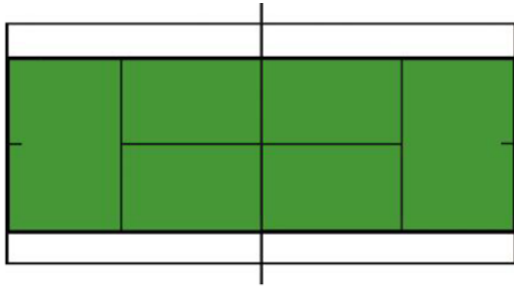


Stufe orange (18 x 8 m)

- druckreduzierte, 50% langsamere Bälle
- empfohlene Schlägergrösse ca. 58 - 63 cm

Stufe grün

Spielen auf der grünen Stufe bedeutet: alle Spielsituationen sicher beherrschen, selbst wenn schnell und sehr variabel gespielt wird. Als kleine Hilfe wird noch immer ein druckreduzierter Ball verwendet. Dank diesem wird das Tennis in seiner ganzen Komplexität und Vielfalt ausgespielt und stellt hohe Anforderungen an die SpielerInnen. An der Technik, Taktik sowie Präzision wird weiter gearbeitet und geübt. Im mentalen Bereich zeigen sie eine gesunde Einstellung und Stärke.



Stufe grün (24 x 8 m)

- druckreduzierte, 25% langsamere Bälle
- empfohlene Schlägergrösse ca. 63 - 68 cm

Nähere Informationen zu Kids Tennis findest du direkt auf der Homepage von Kidstennis (www.kidstennis.ch).