



## *Kids Tennis Academy*

*Helsingborg, Sweden  
(sedan 2017)*



### **Vision**

Att barnen får träffas, få nya kompisar och spela tennis på sina villkor i en av Världens bästa miljöer.

### **Värdegrund**

I HTKs Kids Academy väljer barnen hur mycket de vill träna.

HTKs tränare guidar så vi spelar med rätt utrustning, bollar, storlek på tennisbana och nät.

I HTKs Kids Academy är det viktigare att få barnen att växa och bli sedda framför att drillas till en framgångsrik tennisspelare

*Lekfull – Nyfiken – Variation*

Tillsammans är vi starka



*Kids*  
**Tennis Academy**  
*Helsingborg, Sweden*  
*(sedan 2017)*

## UTTAGNINGAR

### Allmänt

- Ni kan anmäla ert barn det året de fyller 7 år
- Ert barn bör vara aktiv i flera idrotter alternativt ha stor variation i sin träning
- Ert barn bör gilla att tävla i alla dess former.
- Utveckling och processmål kommer alltid före resultat
- Spelstyrka har ingen påverkan
- Man kan vara med tills det man fyller 13 år

### Kriterier

- Föräldrarna ska genomgå HTKs föräldrautbildning/coachning och följa de riktlinjer som HTK går igenom i denna utbildning/coaching
- Föräldrarna ska känna till och efterleva vad som står dokumentet Idrotten Vill
- All övrig tennisträning med annan tränare ska godkännas av HTKs tränare



Tillsammans är vi starka



*Kids*  
**Tennis Academy**  
*Helsingborg, Sweden*  
*(sedan 2017)*

## TRÄNINGSPREKOMMENDATIONER

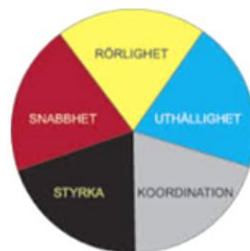
### Allmänt

- Barnen bör röra på sig 14-28 tim/vecka där ungefär 50% bör vara i organiserad form med duktiga barntränare. 50-65% av den organiserade träningen bör vara i HTKs Kids Academy.
- Träningen ska vara varierad och ska innehålla mycket motorik och koordination

### Veckan

- 2-5 pass i HTKs Kids Academy
- 2-5 pass annan idrott
- 1-2 pass matchträning i Kids Academy eller turneringar
- 1-2 pass träning med föräldrar/syskon/kompis/HTK tränare
- Aktiv på fritiden utan dator, platta och mobil osv..

### Fysiska Grundegenskaper - Vad ska vi träna i vilken ålder?



Tillsammans är vi starka



## *Kids Tennis Academy*

*Helsingborg, Sweden  
(sedan 2017)*

### UTBILDNING

#### Barnen kommer få en utbildning..

- i tennisens alla regler och god sportmannaskap
- till bollkallar
- till hjälptränare
- till domare

#### Föräldrarna kommer att få en utbildning/coaching..

- i Idrotten Vill – Idrottens regelbok
- i hur en förälder bör uppträda mot barn, tränare och under träning och match
- i tennisens grunder för att kunna spela/träna med sina barn
- i hur en träningsvecka går till genom att delta på utvalda träningspass under året



Tillsammans är vi starka





*Kids*  
**Tennis Academy**  
*Helsingborg, Sweden*  
*(sedan 2017)*

## Äventyrsprogram & Powerdagar

Helsingborgs Tennisklubb tror mycket på att göra saker gemensamt där barnen får lära känna varandra. Detta leder till bättre sammanhållning där alla hjälper varandra och man kan få vänskap för livet.

- Teambuildningsläger för nya kompisar
- Mellodifestivalläger
- Tennis-hela-natten
- Kompisdubbel
- Föräldrar-på-banan
- Kids Academy – träningsläger
- Pro International Academy Camp
- Matchspelsträning
- So Tour – tävlingar
- Nationella tävlingar som Poolspelen, Beach House Öresundsveckan, Dubbelcupen och Tretorn Open
- Utbildningsresor på tävlingar i närområdet
- Avslutningar



Tillsammans är vi starka



*Kids*  
**Tennis Academy**  
*Helsingborg, Sweden*  
*(sedan 2017)*

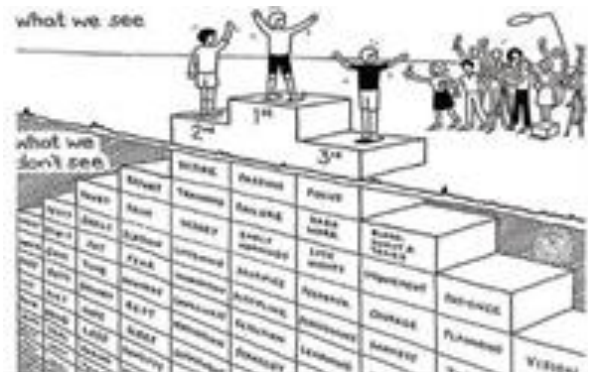
## KIDS INTERNATIONAL

### UTTAGNINGAR

- Förutom ovan kriterier har vi några extra för Kids International
  - ❖ Ni ska spela SALK, Båstadtennis och Tennis Europe 12 och 14 års där målsättningen även är att nå ca 100 matcher/år singel och dubbel.
  - ❖ För er som drömmer om att spela internationell tennis som vuxen.

### TRÄNINGSREKOMMENDATIONER

- 10-12 träningspass/vecka fördelat på följande:
  - ❖ 2-3 morgonpass med Peter-Sven skolans Tennisprofil eller liknande
  - ❖ 3-5 kvällspass
  - ❖ 2-3 fyspass alternativt annan idrott
  - ❖ 1 matchspelspass
  - ❖ 1 servepass



### UTBILDNING

- Förutom ovan utbildning i Kids Tennis Academy finns följande utbildning
  - ❖ Teoripass med olika inriktningar som tex dubbelspel, rutiner, mentala förberedelser osv
  - ❖ Studiebesök på ex GTG, Swedish Open, ITF-tävlingar
  - ❖ Mentorerna ifrån PIA som guidar er mot internationell tennis



Tillsammans är vi starka



*Kids*  
**Tennis Academy**  
*Helsingborg, Sweden*  
*(sedan 2017)*

## Värderingar

I Helsingborgs Tennisklubb har vi nio gemensamma värderingar som ligger till grund för vår verksamhet.

### 1. Vi välkomnar alla...

Vår idrott skall främja mångfald och våra verksamheter ska utifrån förutsättningarna vara inkluderande och anpassade efter utövarnas speciella förutsättningar.

### 2. Vi hjälper varandra...

Ensam är inte stark. Vi tror istället på att gemensamma lagaktiviteter leder till individuell utveckling...

### 3. Vi agerar för rent spel...

Vi respekterar varandras olikheter, tar ställning och agerar om någon bryter mot våra policys

### 4. Vi tar jämställdheten på allvar...

Vi arbetar för att bryta mönster och verkar för jämställdhet både i styrelserummet och på tennisbanan. Bolagskoden fungerar här som en inspiration.

### 5. Vi utgår från barnen och ungdomarnas perspektiv...

Vi lyssnar på barnens åsikter och låter dem vara delaktiga i sin utveckling. Vi skiljer på barns perspektiv, det vill säga när vuxna tolkar och tror vad barnen menar och barnets perspektiv, där barnet själv ges möjlighet att uttrycka sig.

### 6. Vi låter glädjen styra...

I största möjliga mån låter vi utövaren själv bestämma över sitt tennisspel, oavsett spelnivå. För utövaren ska alltid glädjen gå före tvång och krav.

### 7. Vi utbildar både människan och tennisspelaren...

I våra satsningar främjar vi att utövaren ges goda förutsättningar både på tennisbanan och i samhället. Etik, moral och utbildning är centrala ord för oss.

Tillsammans är vi starka



*Kids*  
***Tennis Academy***  
*Helsingborg, Sweden*  
*(sedan 2017)*

**8. Vi tror på allas lika möjligheter...**

I våra satsningar undviker vi att kategorisera utövarna som bredd eller elitpelare och använder istället orden motion, träning och tävling. Dessa kan sedan bedrivas i olika volymer och på olika nivåer.

**9. Vi har respekt för att det tar tid att nå tennistoppen...**

En idrottares utveckling till toppen är en långsiktig process där en stor portion tålamod krävs. Detta har vi respekt för och främjar i våra satsningar.



Tillsammans är vi starka





*Kids*  
**Tennis Academy**  
*Helsingborg, Sweden*  
*(sedan 2017)*

## Ansvariga Tränare



**Anna Nyman**  
– född 88

Anställd sedan 2016.  
Har TGU3 utbildning  
vilket är den högsta  
utbildningen inom  
Svenska TF



**Joel Helmersson**  
– född 94

Anställd sedan 2014.  
Har TGU3 utbildning  
vilket är den högsta  
utbildningen inom  
Svenska TF



**Marcus Lindberg**  
– född 76

Anställd sedan 2010.  
Har jobbat i Svenska TF  
utbildningsprogram  
sedan 2014 och utbildar  
nya tränare för barn upp  
till 12 år.



**Samuel Ekberg**  
– född 82

Anställd sedan 2004.  
Har gått TK4 utbildning  
vilket då var den högsta  
utbildningen inom  
Svenska TF. Har gått  
Elitränarutbildningen.

 **VÄLKOMNA TILL HTK** [www.htktennis.com](http://www.htktennis.com) 

Tillsammans är vi starka