

UngdomsTennis – 13-19 år

Allmän information

- Ungdomar spelar med vanlig tennisboll på fullstor bana. Inriktning diskuteras fram med tränaren.
- 1-3 pass/vecka där passen är 60 min
- Max 5 st spelare per bana och tränare

Målsättningar

- Ungdomarna skall få intresse för tennis och vilja gå vidare i HTKs tränings- och utbildningsprogram
- Ungdomarna skall lära sig umgås och respektera andra barn med samma intresse
- Utveckla fysisk ABC (koordination, snabbhet, styrka, rörlighet och uthållighet)
- Att på ett stimulerande sätt lära sig spela tennis eller utveckla sitt spel utefter play and stay-principen.
- Spelaren får träffa nya kompisar
- Kunna bolla minst 10 gånger över nät med en tränare växlande forehand och backhand

Kriterier

- Komma i god tid före utsatt tennistid.
- Fungera ihop med andra ungdomar.

Kursutbud

Höstterminen – 17 veckor

Vårterminen – 17 veckor

Sommartennis – ”Starten”, ”Intensiven”, ”Spurten”

Träningsdagar HT/VT

Måndagar kl 15-19

Tisdagar kl 18-19

Onsdagar kl 15-19

Torsdagar kl 15-17

Fredagar kl 15-18

Lördagar kl 10-16

Power/Äventyr

Höstterminen

Tennis-hela-natten

OH - Sportcamp - höstlov

Julavslutning

Mellandagsträning

OH – Sportcamp - jullov

Vårterminen

OH – Sportcamp-sportlov

Melloläger

OH – Sportcamp-påsklov

Våravslutning

Viktiga datum

| | |
|--------------------------|----------|
| Sista anmälan | 12/8 |
| Träningsdagar publiceras | 15/8 |
| Träningen startar | 18/8 |
| Träningsuppehåll | 22-23/9 |
| OH – sportcamp - höstlov | 29-31/10 |
| Tennis – hela - natten | 17-18/11 |
| Julavslutning | 14/12 |
| Sista träning | 16/12 |
| Mellandagsträning | 27-28/12 |
| OH Sportcamp - Jullov | 2-4/1 |

Kostnader

| | |
|---------|----------|
| 1 tim/v | 2 400 kr |
| 2 tim/v | 4 500 kr |
| 3 tim/v | 6 500 kr |

Anmälan

www.htktennis.com. Anmälan behöver göras till alla kurser och avser Höst/Vår