

# SeniorTennis – 16 år & uppåt

## Allmän information

- Seniorer spelar med vanlig tennisboll på fullstor bana. Inriktning diskuteras fram tillsammans med tränaren.
- 1-3 pass/vecka där passen är mellan 60-90 min

## Målsättningar

- Seniorerna skall få en positiv bild av HTK och dess tränare
- Seniorerna skall vilja fortsätta att spela tennis och utvecklas i HTK
- Att på ett stimulerande sätt testa på att spela tennis och i en egen takt utvecklas under terminen.
- Spelaren ska ha roligt och få chans att träffa nya kompisar

## Kriterier

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

## Kursutbud

Höstterminen – 17 veckor

Vårterminen – 17 veckor

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

## Träningsdagar HT/VT

Måndagar dagtid & kl 19-22

Tisdagar dagtid & kl 19-22

Onsdagar dagtid & kl 19-22

Torsdagar dagtid & kl 19-22

Fredagar dagtid

Lördagar kl 9-16

Söndagar kl 14-20

## Power/Äventyr

### Höstterminen

Dubbelblix – 2 st

Träningskväll

Tennis- & Spahelg

Julavslutning

### Vårterminen

Dubbelblix – 2 st

Träningskvällar

Extraträning – påsk

### Under sommaren

Dubbelblix

Träningskväll

Tennis- & Spahelg

## Viktiga datum

Sista anmälan	1/1
Träningsdagar publiceras	3/1
Träningen startar	8/1
Träningsuppehåll	26/3-2/4
Dubbelblix	3/2
Träningskväll	9/3
Extraträning – påsk	26-28/3
Dubbelblix	20/4
Sista träning	14/5

## Kostnader

1 tim/v	2 750 kr
2 tim/v	5 225 kr
3 tim/v	7 400 kr

Kostnader för medlemskap tillkommer

## Anmälan

[www.htktennis.com](http://www.htktennis.com). Anmälan behöver göras till alla kurser och avser Höst/Vår