



## Kids Academy

Lekfullhet – Nyfikenhet – Glädje

# Helsingborgs Tennisklubb



*”Att vara spelare i Kids Academy innebär att ni gillar att tävla under träning och vara med och spela matcher. Man förstår också att det är viktigare att få mycket kompisar och vara en god lagkamrat framför vinster i turneringar”*

## Tillsammans är vi starka

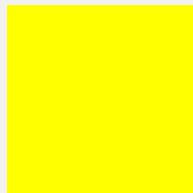
# Kids Academy



**Orange**



**Grön**



**Gul**

# Kids Academy Uttagningar

## Allmänt

- ✓ Ni kan anmäla ert barn det året de fyller 7 år upp till 11 år.
- ✓ Ert barn är aktiv i flera idrotter alternativt ha stor variation i sin dagliga träning
- ✓ Ert barn gillar att tävla i alla dess former.
- ✓ Utveckling och processmål kommer alltid före resultat
- ✓ Spelstyrka har ingen påverkan men ert barn bör vara atletisk
- ✓ Man kan vara med tills det man fyller 13 år

## Kriterier

- ✓ Föräldrarna ska genomgå HTKs föräldracoaching och följa de riktlinjer som HTK går igenom i denna coaching
- ✓ Föräldrarna ska känna till och efterleva vad som står dokumentet Idrotten Vill
- ✓ All övrig tennisträning med annan tränare ska godkännas av HTKs tränare
- ✓ Följer det Äventyrsprogram som bla innehåller tävlingar som tränaren gör inför varje termin.

# Kids Academy Tränings- rekommendationer

## Allmänt

- ✓ Barnen bör röra på sig mellan 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 bör vara varierad och bör innehålla mycket motorik och koordination

## Veckan för en spelare i Kids Academy

- ✓ 2-5 pass i HTKs Kids Academy (3-4 pass rekommenderas)
- ✓ 2-5 pass annan idrott
- ✓ 1-2 pass matchträning i Kids Academy eller turneringar
- ✓ 1-2 pass träning med föräldrar/syskon/kompis
- ✓ Aktiv på fritiden utan dator, platta och mobil osv..

# Kids Academy Utbildning

## **Barnen kommer få en utbildning..**

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

## **Föräldrarna kommer att få en coachning..**

- ✓ 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

# Kids Academy Äventyrsprogram

Helsingborgs Tennisklubb tror mycket på gemensamma sociala aktiviteter där barnen får lära känna varandra och kanske får vänner för hela livet. Ett detaljerat program kommer inför varje år tillsammans med gruppindelning och annan info.

## **Följande ingår:**

- ✓ Träning ca 15 veckor per säsong
- ✓ So Tour – tävlingar i Olympiahallen
- ✓ Matchspelsträning
- ✓ Seriespel
- ✓ Föräldrar-på-banan
- ✓ Avslutningar

## **Följande exempel på äventyr har vi en liten avgift för:**

- ✓ Teambuildningsläger
- ✓ Mellodifestivalläger
- ✓ Kompisdubbel
- ✓ Kids Academy – träningsläger
- ✓ Nationella tävlingar som Poolspelen, Beach House Öresundsveckan, Dubbelcupen och Tretorn Open
- ✓ Utbildningsresor på tävlingar i närområdet



## Träningsavgifter HTK Tennis Akademi

### Kids Academy

|         |           |
|---------|-----------|
| 1 tim/v | 2 600 kr  |
| 2 tim/v | 4 700 kr  |
| 3 tim/v | 6 170 kr  |
| 4 tim/v | 7 640 kr  |
| 5 tim/v | 8 900 kr  |
| 6 tim/v | 9 950 kr  |
| 7 tim/v | 10 790 kr |
| 8 tim/v | 11 420 kr |

### Avgiften inkluderar

- ✓ Internt seriespel för Orange
- ✓ Serveträning för Orange/Grön
- ✓ So Tour Tävlingar för Orange/Grön
- ✓ Region Syd serie för Grön
- ✓ Region Syd serie för utvalda i Gul
- ✓ Matchspelsträning för Grön/Gul
- ✓ Fysträning för Gul
- ✓ Utbildning domare för alla
- ✓ Avslutningar
- ✓ Subventionerade priser vid våra äventyr och Projekt

# Vad är det egentligen vi betalar för?

Den frågan får nog många klubbar lite då och då. Det är då viktigt att man inte bara tittar på avgiften och jämför klubb för klubb utan att man också tittar på innehållet och de mjuka värden som också ingår i avgiften.

- ✓ De ögonblick när ert barn blir så trött att hen vill sluta men kämpar på och hittar gnistan igen
- ✓ Möjligheten som ert barn får till livslånga vänskapsrelationer och minnen som varar livet ut
- ✓ För bra ledare som lär hen att tennis handlar inte bara om sport utan om livet
- ✓ Att hen ska lära sig att ta hand om sin kropp och förståelse kring idrott/rörelse hela livet
- ✓ Att hen lär sig att jobba tillsammans med andra och vara stolt, stödjande, vänlig och respektfull mot andra människor
- ✓ Att hen lär sig hantera besvikelse, när hen inte når sina mål, förlorar en match, gör ett dubbelfel, men ändå kämpar och väljer att se möjligheter.
- ✓ Att hen lär sig hur hen ska uppnå sina mål
- ✓ Att hen lär sig att det tar tusentals och åter tusentals timmar med hårt arbete och träning för att skapa en mästare, och att framgång inte sker över natten. Det får man helt enkelt jobba för.
- ✓ Utbildning till hjälptränare, bollkallar och domare
- ✓ Att hen tränar och får en utbildning istället för att sitta framför skärmen