



Helsingborgs Tennisklubb

BarnTennis

Vad är BarnTennis?

- ✓ BarnTennis är nästa steg efter MultiTennis för barn 7-12 år. Barnen spelar med orange eller grön boll med indragen baslinje eller på fullstor bana. Tränaren avgör vilken boll och storlek på banan som passar bäst efter gruppens nivå.
- ✓ 1-3 pass/vecka där passen är 60 min. Vi rekommenderar 2-3 pass/vecka för bättre utveckling och fler kompisar. Speciellt för er som är nya.
- ✓ Max 6 barn per tränare och bana.
- ✓ Vi försöker att ha stora grupper på flera banor bredvid varandra så att man kan få många kompisar.

Målsättningar

- ✓ Barnen skall få intresse för tennis och vilja gå vidare i HTKs tränings- och utbildningsprogram.
- ✓ Barnen skall lära sig umgås och respektera andra barn med samma intresse.
- ✓ Utveckla kroppens ABC (motorik), fysiskens ABC (koordination, snabbhet, styrka, rörlighet och uthållighet) och idrottens ABC (springa, hoppa och kasta).
- ✓ Att på ett lekfullt sätt testa på att spela tennis utefter play and stay-principen (mycket spel) och i en egen takt utvecklas under terminen.
- ✓ Spelaren ska ha roligt och få träffa nya kompisar.
- ✓ Kunna bolla minst 10 gånger över nät med en tränare växlande forehand och backhand.

Kriterier

- ✓ Föräldrarna skall se till att barnen kommer i god tid före utsatt tennistid.

BarnTennis

Kursutbud

- ✓ Höst & Vårterminen – 17 veckor
- ✓ Sommartennis – ”Starten”, ”Intensiven”, ”Spurten”

Träningsdagar HT/VT

- ✓ Måndagar & Onsdagar kl 15-19
- ✓ Tisdagar & Torsdagar kl 15-17
- ✓ Fredagar kl 15-18
- ✓ Lördagar kl 9-16

Kursavgift

- ✓ 1 tim/v 2 100 kr
- ✓ 2 tim/v 4 000 kr
- ✓ 3 tim/v 5 600 kr

Medlemsavgift

- ✓ Familjemedlemskap kostar 750 kr
- ✓ Medlemskap Barn kostar 200 kr

Äventyrsdagar ingår i avgiften för alla de som tränar 3 tim/v.

BarnTennis

Äventyrsdagar för deltagare i BarnTennis

Höstterminen

- ✓ Minitennisdisco
- ✓ SO Tour - Mini/Midi tävling
- ✓ OH Sportcamp – höstlov
- ✓ Julspel/avslutning
- ✓ OH Sportcamp - jullov

Vårterminen

- ✓ Minitennisdisco
- ✓ SO Tour Mini/Midi tävling
- ✓ Melloläger
- ✓ OH Sportcamp – påsklov
- ✓ Våravslutning

Rekommenderade utbildningar

- ✓ Bollkalle

Viktiga datum – Våren 2020

- | | |
|-------------------------------|---------|
| ✓ Sista anmälan | 31/12 |
| ✓ Träningstider publiceras | 3/1 |
| ✓ Träningen startar | 7/1 |
| ✓ Träningsuppehåll | 21-22/3 |
| | 7-13/4 |
| | 20-26/4 |
| ✓ Melloläger | Okänd |
| ✓ Minitennisdisco | Okänd |
| ✓ OH sportcamp – påsklov | 6-8/4 |
| ✓ SO Tour – Mini/Midi tävling | Okänd |
| ✓ Våravslutning | Okänd |
| ✓ Sista träning | 18/5 |