



Helsingborgs Tennisklubb

---

# MultiTennis

## En bättre start

### Vad är MultiTennis?

- ✓ MultiTennis är HTKs stora satsning på barn 4-8 år för en bättre start på sitt idrottande och tennis. Varje pass innehåller övningar från Multiskillz vilket innebär motorisk och koordinativ inlärning, övningar med rack & boll och givetvis så lär vi oss att spela tennis över nätet också 😊

### Målsättningar

- ✓ Barnen skall få intresse för tennis och vilja gå vidare i HTKs tränings- och utbildningsprogram.
- ✓ Barnen skall lära sig umgås och ha roligt med 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.

### Rekommendationer

- ✓ **Väljer man 3 tim/v** så får barnen en bättre start. Man har då träning lördag, tisdag och torsdag. **(Rekommenderas)**
- ✓ **Väljer man 2 tim/v** så tränar man på lördagar och tisdag eller torsdag. Andra passet deltar barnet själv utan syskon och föräldrar
- ✓ **Väljer man 1 tim/v** så tränar man på lördagar. Här får hela familjen delta och ett familjemedlemskap räcker. Barnen behöver dock vara i rätt ålder

# MultiTennis

## En bättre start

### Kursutbud

- ✓ Höst- & Vårterminen – 15 veckor
- ✓ SommarTennis - "Starten", "Intensiven", "Spurten"

### Träningsdagar HT/VT

- ✓ Lördagar kl 10-11 för 4-6 år eller kl 11-12 för 6-8 år
- ✓ Tisdagar kl 17-18 för 4-6 år eller kl 18-19 för 6-8 år
- ✓ Torsdagar kl 17-18 för 4-6 år eller kl 18-19 för 6-8 år

### Kostnader/termin

- |  |                             |
|--|-----------------------------|
| ✓ 1 pass/vecka Lördagar                            | Endast familjemedlemskap    |
| ✓ 2 pass/vecka Lördagar & Tisdagar eller Torsdagar | 1000 kr + familjemedlemskap |
| ✓ 3 pass/vecka Lördagar, Tisdagar och Torsdagar    | 1500 kr + familjemedlemskap |

*Ett familjemedlemskap kostar 850 kr. På HTKs hemsida kan ni läsa mer om vad som ingår i medlemskapet. Ett familjemedlemskap gäller året ut.*

***Att observera är att Äventyrsdagar ingår i avgiften för alla de som tränar 3 tim/v.***

# MultiTennis

## En bättre start

### Äventyrsdagar för deltagare i MultiTennis

#### Höstterminen

- ✓ Minitennisdisco
- ✓ SO Tour - Minitävling
- ✓ Julspel/avslutning

#### Vårterminen

- ✓ Minitennisdisco
- ✓ SO Tour - Minitävling
- ✓ Våravslutning

### Viktiga datum – Våren 2020

- ✓ Sista anmälan 31/12
- ✓ Träningstider publiceras 3/1
- ✓ Träningen startar 18/1
- ✓ Träningsuppehåll 21-22/3
- 7-13/4
- 20-26/4
- ✓ Minitennisdisco okänd
- ✓ SO Tour – Minitävling okänd
- ✓ Våravslutning okänd
- ✓ Sista träning 16/5