



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 inläring, övningar med rack & boll och givetvis så lär vi oss att spela tennis över nätet också 😊
- ✓ **På Lördagar** rekommenderas det att minst en förälder eller syskon spelar med barnet. Hela familjen får delta. Endast ett familjemedlemskap räcker för att delta i Multitennis på lördagar
- ✓ **På Torsdagar** tränar man i grupper om 4-6 spelare/grupp. Varje grupp leds av en tränare. Totalt är vi cirka fyra grupper/tennisbana och här deltar inga föräldrar. **Lördagar ingår i priset men en anmälan måste göras.**

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.

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
- ✓ Torsdagar kl 17-18 för 4-6 år eller kl 18-19 för 6-8 år

Kostnader/termin

- | | |
|------------------------------|-----------------------------|
| ✓ Lördagar | Endast familjemedlemskap |
| ✓ Torsdagar (Lördagar ingår) | 1000 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.

Äventyrsdagar ingår i avgiften för alla som tränar i Multitennis

MultiTennis

En bättre start

Äventyrsdagar - för deltagare i MultiTennis

Höstterminen

- ✓ Minitennisdisco
- ✓ SO Tour, Minitävling – ett par gånger per termin får barnen under avslappnande former prova på matchspel på lördagsträningen. Alla barn får diplom och medalj.
- ✓ Julspel/avslutning

Vårterminen

- ✓ Minitennisdisco
- ✓ SO Tour, Minitävling – ett par gånger per termin får barnen under avslappnande former prova på matchspel på lördagsträningen. Alla barn får diplom och medalj.

Viktiga datum – Hösten 2020

Tennisens dag, 22/8 – en manifestation i hela tennis-Sverige där ni bland annat får prova på minitennis och få info om HTKs verksamhet inför hösten tillsammans med andra aktiviteter

- | | |
|----------------------------|--------------------------------|
| ✓ Sista anmälan | 22/8 |
| ✓ Träningstider publiceras | 25/8 |
| ✓ Träningen startar | 29/8 |
| ✓ Träningsuppehåll | 12-13/9
19-20/9
26-30/10 |
| ✓ SO Tour – Minitävling | 3/10 |
| ✓ Minitennisdisco | 16/10 |
| ✓ SO Tour – Minitävling | 28/11 |
| ✓ Julspel/avslutning | 19/12 |
| ✓ Sista träning | 19/12 |