

UngdomsTennis



UngdomsTennis

12-19 år

Vad är UngdomsTennis?

- ✓ UngdomsTennis är för ungdomar 12-19 år. HTK tycker det är viktigt att involvera ungdomarna i sin egen tennis och vi ser gärna att man samtalar med tränaren vad man önskar lära sig under terminen.
- ✓ 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 5 st spelare per bana
- ✓ Vi genomför träningen utefter play and stay vilket betyder att ni spelar mycket både med tränarna och med varandra för att förstå spelet bättre och efter hand lärs tekniken in parallellt med spelet.

Målsättningar

- ✓ Ha roligt och få träffa nya kompisar.
- ✓ Få ett intresse för tennis och vilja spela tennis hela livet.
- ✓ Lära sig umgås och respektera andra människor
- ✓ Utveckla fysikens ABC (koordination, snabbhet, styrka, rörlighet och uthållighet)
- ✓ Att på ett stimulerande sätt lära sig eller utveckla sin tennis
- ✓ Kunna bolla minst 10 gånger över nät med en tränare växlande forehand och backhand
- ✓ Gå med i HTKs Ungdomsledarprogram

Kriterier

- ✓ Komma i god tid före utsatt tennistid.
- ✓ Fungera ihop med och respektera andra ungdomar.

UngdomsTennis

Kursutbud

- ✓ Höst- & Vårtermin 30 veckor
- ✓ Sommartennis – ”Starten”, ”Intensiven”, ”Spurten”

Träningsdagar HT/VT

- ✓ Måndagar & Onsdagar kl 14-19
- ✓ Tisdagar & Torsdag kl 14-17
- ✓ Fredagar kl 14-18
- ✓ Lördagar kl 10-16

Vid spel mer än en gång i veckan ligger i första hand ett av passen på lördagar. I mån av plats kan man spela på flera vardagar.

Kursavgift/termin

- ✓ 1 tim/v 2 400 kr
- ✓ 2 tim/v 4 500 kr
- ✓ 3 tim/v 6 500 kr

Medlemsavgift

- ✓ Familjemedlemskap kostar 850 kr
- ✓ Medlemskap Ungdom kostar 300 kr

Äventyrsdagar ingår i avgiften. Se nästa sida

(gäller ej extraträningar i mellandagarna och vid påsk)

UngdomsTennis

Äventyrsdagar - för deltagare i UngdomsTennis

Höstterminen

- ✓ Tennis- och padelkväll
- ✓ Tennis-hela-natten
- ✓ Racketsportturnering
- ✓ Julspel
- ✓ Mellandagsträning

Vårterminen

- ✓ Tennis- och padelkväll
- ✓ Melloläger
- ✓ Racketsportturnering
- ✓ Påskträning
- ✓ Våravslutning

Rekommenderade utbildningar

- ✓ HTKs Ungdomsledarutbildning

Viktiga datum – Hösten 2021

- ✓ **Tennisens dag, 21/8** – 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 21/8
- ✓ Träningstider publiceras 25/8
- ✓ Träningen startar 28/8
- ✓ Träningsuppehåll 18/9
1-7/11
- ✓ Tennis- och padelkväll 1/10
- ✓ Racketsportsturnering 13/11
- ✓ Tennis-hela-natten 20-21/11
- ✓ Julspel 20/12
- ✓ Sista träning 18/12
- ✓ Mellandagsträning 27-29/12