

Tenniskursniveau

Damit wir euch ein optimales Training zur Verfügung stellen können, sind unsere Kurse nach unterschiedlichen Spielniveaus gegliedert. Es werden Tenniskurse in sechs unterschiedlichen Spielniveaus angeboten. Diese sind der Spielstärke entsprechend von A = Anfänger bis F = Wettkampfspieler gestaffelt.

<p>„A“ Anfänger</p>	<p>Einführung in die Grundtechnik des Tennissports. Grundschnitte mit Methodikbälle im Kleinfeld und auch von der Grundlinie.</p>	<p>Zum ersten Mal einen Tennisschläger in der Hand? Kein Problem. Hier lernst du damit umzugehen.</p>
<p>„B“ Mittlere</p>	<p>Anwenden und Gestalten aller Grundschnitte. Übergang von den Methodikbälle auf normale Tennisbälle</p>	<p>Von der Grundlinie zu zweit alle Schnitte (Vor- / Rückhand, Volley, Smash) in einem Ballwechsel durchspielen können.</p>
<p>„C“ Fortgeschrittene 1</p>	<p>Grundschnitte mit Topspin. Punktspielen mit Aufschlag. Die ersten Spielkombinationen im Einzel.</p>	<p>Von der Grundlinie Bälle ohne Ballrotation spielen können. Einen Ballwechsel mit einer Person am Netz spielen können.</p>
<p>„D“ Fortgeschrittene 2</p>	<p>Spielkombinationen im Doppelspiel. Taktische Elemente, passend zu den individuellen Fähigkeiten.</p>	<p>Grundschnitte mit Topspin Ein Ballwechsel mit Slice, oder Topspin Aufschlag durchspielen können.</p>
<p>„E“ Köner</p>	<p>Spezielschnitte, Gerade, Slice und Twist Aufschläge. Verbesserung der individuellen Fertigkeiten.</p>	<p>Alle Schlagvariationen bewusst platzieren und als taktisches Element im Einzel und Doppel Match einsetzen können. Mannschaftsspieler, erfahrene Hobbyspieler.</p>
<p>„F“ Wettkampf</p>	<p>Anwenden aller Schlagvariationen. Strategie und Taktik im Einzel und Doppelspiel.</p>	<p>Nur für Aktive und ehemalige Mannschaft und Turnierspieler/innen</p>

Wichtige Zusatzinformationen zu den Tenniskursen

- Alle Tenniskurse finden in Gruppen von **minimal** 2 und **maximal** 4 Teilnehmer/innen statt.
- Alle Tenniskurse werden von **qualifizierten** Trainer/innen durchgeführt.
- Die Tenniskurse erstrecken sich im Wintersemester über **60 Minuten**
- Sommersemester über **60 - 90 Minuten** pro Woche abhängig von der Teilnehmerzahl des Kurses. Bei 2 Teilnehmern dauert der Kurs 60min und bei 3 - 4 Teilnehmern 90min.
- Ein Tenniskurs beinhaltet **10 Termine**. Abgesagte Stunden aufgrund von Regen oder anderen Gründen werden nachgeholt (Absprache mit Trainer/in).
- An **Feiertagen** findet der Tenniskurs in der Regel statt (Absprache mit Trainer/in).
- Damit ein optimales Training gewährleistet werden kann, sind unsere Tenniskurse nach unterschiedlichen **Spielniveaus** gegliedert. Es werden Tenniskurse in sechs unterschiedlichen
Spielniveaus angeboten. Diese sind der Spielstärke entsprechend von A = Anfänger bis F = Wettkampfspieler gestaffelt (siehe Kursniveaus).
- Es ist nur in Ausnahmefällen möglich, mehrere **Kurstufen zu überspringen**, z.B. von Kurs A zu C! **Bitte beachtet die verschiedenen Kursniveaus und sucht das richtige Niveau aus!**
- Zum **ersten Training** treffen sich die Teilnehmer mit dem Trainer/-in 5 Minuten vor Trainingsbeginn mit der Anmeldebestätigung vor dem Platz, auf dem das Training stattfindet.
- Alle Teilnehmer/innen brauchen im Winter- sowie Sommersemester unbedingt **Tennisschuhe für Sandplätze**. Sport- oder Joggingsschuhe können nicht zugelassen werden.
- Alle Teilnehmer/innen brauchen einen eigenen **Tennisschläger**. Der HSP bietet Schläger zum Verleih an (siehe Infos Schlägerverleih). Tennisbälle und Trainingsmaterial werden gestellt.
- Die **Tenniskurse im Sommer** finden auf der Tennisanlage des **Sportinstituts der Universität** in der Wilhelmstr. 124, 72070 Tübingen statt (siehe Lageplan).
- Die **Tenniskurse im Winter** finden in der Tennishalle des **TC Tübingen** in der Gartenstr. 80, 72070 Tübingen statt.
- Ein Tenniskursplatz berechtigt **nicht zum freien Spielen auf den Plätzen!** Es muss zusätzlich eine Tenniskarte gekauft werden!