



## **Trainingsangebot für Kinder und Jugendliche ab 9 Jahren**

### **Koordinationstraining als Fundament der Technik**

Der Tennissport ist sehr vielseitig und setzt eine gute Koordination voraus. Um die Spieler frühestmöglich an die komplexen Bewegungsabläufe heranzuführen, spielt das Koordinationstraining schon im Kindes- und Jugendalter eine bedeutende Rolle. Dieses Training fördert erwiesenermaßen das effektivere und schnellere Erlernen der unterschiedlichen Techniken.

Im Vordergrund stehen altersgerechte Übungsformen aus dem Koordinations- und Athletikbereich. Dabei soll auch der Spaß nicht zu kurz kommen.

**Trainer: Alexander Schmelzle**, Mitglied im TC Reisenburg, Diplom-Sportwissenschaftler und Fitnesstrainer

**Ort:** Tennisplatz Reisenburg

**Wann:** immer dienstags, ab 15. Juni – 20. Juli 2021

**Kinder von 9 – 12 Jahren:** 15:30 - 16:25 Uhr

**Jugendliche von 13 – 16 Jahren:** 16:30 - 17:30 Uhr

**Gebühr:** 10,00 €

**Anmeldung:** Daniel Hasenfus / Robert Lopez (per Mail oder What´s App)

**Anmeldeschluss:** Freitag, 11. Juni 2021 (!)



**Weitere Infos gibt es dann nach der Anmeldung. Wir freuen uns auf Euch!**