

Jugend



Gerade wenn Kinder zu Jugendlichen bzw. jungen Erwachsenen werden, kann Sport einen wichtigen Anker in Ihrem Leben bilden. Als sinnvolle Freizeitgestaltung und Abwechslung zum Stress im Alltag, kann Tennis alles bieten was Jugendliche brauchen: **Bewegung, Spaß und Erfolgserlebnisse**

Das Kennenlernen untereinander, der Umgang miteinander aber auch der Trainer als Ansprechperson außerhalb der Familie unterstützt, neben der sportlichen, auch die soziale Entwicklung des Jugendlichen.





Traininginhalte & -ziele:

- Stabilisation der Tennistechnik und -taktik
- Erlernen neuer Tenniselemente
- Vermehrtes einsetzen von Wettkampfsituationen (Miteinander spielen und/oder Turniere)

- Tennispsychologie unter Berücksichtigung aller Situationen
- Weiterentwicklung von Koordination, Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer (siehe auch Konditionstraining)

Geben Sie Ihrem Kind/Jugendlichen die Möglichkeit sich bei unserem nächsten [Schnuppertraining](#) für Tennis zu begeistern!

Für alle talentierten Kinder & Jugendliche bieten wir auch [Leistungstraining](#) an.

Hier finden Sie unsere aktuellen [Preise](#).

Für Anfänger gelten auch die Trainingsinhalte und -ziele der altersmäßig jeweils aufbauenden Programme.