

VELKOMMEN TIL FTU KVINDETENNIS TOURINDENDØRS 2017/2018

i Marienlyst Tennis Centret, Odense C

Det fynske kvindetennisudvalg inviterer den kommende indendørssæson til 4 arrangementer med hver sit tema - men for alle gælder at fokus er på tennisspil i fællesskab med andre tennisglade kvinder.

Det overordnede formål med disse aktiviteter er, at tilbyde voksne kvindelige tennisspillere kvalitetstræning samt at deltagerne møder andre engagerede tennisspillere fra andre klubber samt opnår udvikling gennem personlige udfordringer og gode tennisoplevelser – hvilket sker gennem træning, spil og stævner.

PRAKTISKE INFORMATIONER

Alle deltagere skal møde omklædte og være spilleklare på starttidspunktet. Der afsluttes med hyggeligt samvær, evaluering og opfyldning af depoterne med en sandwich og en vand. Deltagerpris: 200 kr. pr. arrangement.

Søndag den 19. november kl. 14.00 - 17.30

Tema: Fysisk træning – bearbejde, bevægelse og boldøvelser får pulsen op!

Niveau: 2 og højere

Antal pladser: 16

Trænere: Sandie Sørensen og Birgit Lund

Tilmelding senest mandag d. 13. november

Søndag den 3. december kl. 13.30 - 17.30 (OBS – TIDSPUNKT!)

Tema: Double-taktik – teorioplæg og masser af praktisk spil på banerne!

Niveau: 3 og højere

Antal pladser: 20

Træner: Birgit Lund

Tilmelding senest mandag d. 27. november

Søndag den 4. februar kl. 14.00 - 17.30

Tema: Slagteknik – træning med individuelle rettelser

Nærmere følger

Søndag den 11. marts kl. 14.00 - 17.30

Tema: Taktiske valg i spillesituationer

Nærmere følger

Invitationer og tilmelding på www.ftutennis.dk

Fynsk kvindetennis udvalg:

Agi Szocska – mobil: 6056 2107

Sandie Sørensen - mobil: 4010 4474

Birgit Lund – mobil: 6177 8244

mail: agi.szocska63@gmail.com

mail: sandie-soerensen@outlook.com

mail: bblund@godmail.dk

Fyns Kvindetennis Tour - Niveau vejledning

Niveau 1 Nystartet

Jeg har spillet 1-2 sæsoner. Jeg ønsker at lære den grundlæggende tennisteknik, så jeg får mere kontrol over bolden og mere fornøjelse af mit spil.

Niveau 2 Let øvet

Jeg har spillet i nogle år – har evt. holdt pause og er begyndt igen. Jeg kender forhånd, baghånd, serv, flugtninger og smash, men meget er selvlært. Jeg vil gerne udvikle mit spil fx benarbejdet og sikkerhed i slagene for at kunne holde bolden i spil.

Niveau 3 – Øvet

Jeg har spillet i flere år og har på et tidspunkt deltaget i træning. Jeg er rimelig sikker i de grundlæggende tennisslag, men der er stadig plads til forbedringer, så jeg fx kan bruge slagene bedre taktisk i single og double.

Niveau 4 – Rutineret motionist

Jeg har spillet i mange år - hvis jeg har modtaget træning, er det måske længe siden. Jeg er sikker på, at tennisspillet har flere facetter, end jeg mestrer, så jeg er åben for at udvikle mit spil, så det bliver sjovere at spille både single og double.

Niveau 5 - Turneringsspiller

Jeg har spillet turneringstennis i flere år, modtaget træning og (tidligere) spillet holdkampe for klubben. Jeg ønsker stadig at udvikle mit spil, så jeg fx kan blive mere bevidst om at bruge slagene taktisk i single og double.

Niveau 6 – Øvet turneringsspiller

Jeg har trænet for at spille holdkampe og individuelle turneringer gennem flere år. Jeg elsker tennisspillet og træning med intensitet sammen med jævnbyrdige. Deltager for at få nogle gode timer på banen, uden at der skal kåres en vinder.