



TRAININGSANGEBOT JUGEND

BASIC

Anfängerbereich

ADVANCED

Fortgeschrittenbereich

TUTORIUM

Kostenloses Zusatztraining

Die Tennisschule **Koko's Tennis & More** Korina Perkovic, unterstützt alle am Tennissport Interessierten dabei, ihre individuellen Spielfähigkeiten optimal zu entfalten und zu erweitern.

Unsere Tätigkeit basiert auf der Überzeugung, dass ein sinnvolles Training systematisch, regelmäßig und langfristig aufgebaut sein muss. Daher bieten wir den Spielern/innen des gleichen Leistungsniveaus die Möglichkeit, altersunabhängig miteinander zu trainieren. So entwickeln die Jugendlichen ein Gefühl für die eigene Spielstärke und motivieren sich gegenseitig.

Zur praktischen Umsetzung dieses Konzepts bieten wir in der Sommersaison 2019 ausschließlich **feste Trainingszeiten** an. Ein klarer Vorteil dieser Regelung liegt in der Flexibilität: Die Jugendlichen können im Rahmen ihrer Einstufung in die Gruppen **Basic und Advanced Club** aus mehreren Terminen auswählen und frühzeitig planen. Die Anzahl der Teilnehmer pro Trainingstermin wird begrenzt sein – daher ist eine schnelle Anmeldung empfehlenswert!

Unser Konzept sieht außerdem vor, dass Jugendliche, die am Training teilnehmen und Mitglieder des TC Ketsch sind, ein **kostenloses Tutorium** besuchen können.

Neben den spielerischen Fähigkeiten werden hier vor allem die Kondition und Koordination trainiert.

Bei allem Trainingsfleiß darf allerdings auch der Spaß nicht zu kurz kommen! Daher haben wir ein paar Highlights für den Sommer geplant. Lasst euch überraschen!

Wir freuen uns auf eine schöne Sommersaison mit euch!

Eure Koko

Technikerwerbstraining; Training sportmotorischer Fähigkeiten; tennisspezifische Fertigkeiten: Vorhand, Rückhand und Aufschlag

Trainingstermine:

Mo: 15:00 - 16:00 Uhr

Di: 17:00 - 18:00 Uhr

Do: 15:00 - 16:00 Uhr
17:00 - 18:00 Uhr

Fr: 14:00 - 15:00 Uhr

Sa: 10:00 - 11:00 Uhr

11:00 - 12:00 Uhr

12:00 - 13:00 Uhr

13:00 - 14:00 Uhr

Preis pro Kurs (15 Termine):
€ 214,20 inkl. 19 % MwSt.

Variationstraining zur Vertiefung des technischen Könnens; Training von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination; Einüben taktischer Spielzüge.

Trainingstermine:

Mo: 16:00 - 17:00 Uhr

17:00 - 18:00 Uhr

18:00 - 19:00 Uhr

Di: 16:00 - 17:00 Uhr

18:00 - 19:00 Uhr

Do: 16:00 - 17:00 Uhr

17:00 - 18:00 Uhr

18:00 - 19:00 Uhr

Fr: 15:00 - 16:00 Uhr

Preis pro Kurs (15 Termine):
€ 214,20 inkl. 19 % MwSt.

Verbesserung der spielerischen Fähigkeiten, der Kondition und der Koordination.

Trainingstermine:

BASIC-BAMBINI:

Mi: 14:30 - 15:30 Uhr

BASIC:

Mi: 15:30 - 16:30 Uhr

ADVANCED

Mi: 16:30 - 18:00 Uhr

**TENNIS-SPEZIFISCHES
KONDITIONSTRaining**

(und Ausweichtermin Tennis)

Fr: 17:00 - 18:00 Uhr

Kostenloses Zusatztraining für Trainings-
teilnehmer die auch Mitglied im Verein sind.

WEITERE TRAININGSANGEBOTE

EINZELTRAINING (Individuell abgestimmtes Training)
Termine und Preise auf Anfrage

TENNIS-KINDERGARTEN (für Kinder ab 4 Jahren)
Spielerisches Erlernen von Bewegungen mit und ohne Schläger
Trainingstermine: Sa: 11:00 - 12:00 Uhr
Preis pro Kurs: € 142,80 inkl. 19 % MwSt., 15 Termine

BAMBINI-BEREICH (für Kinder ab 6 Jahren)
Koordinationsschulung, gezielter Erwerb von grundlegenden tennisspezifischen Fertigkeiten
Trainingstermine: Sa: 10:00 - 11:00 Uhr
11:00 - 12:00 Uhr
Preis pro Kurs: € 214,20 inkl. 19 % MwSt.

ANMELDEINFORMATIONEN

Das Sommertraining findet auf den Tennisplätzen des TC Ketsch statt. In den Schulferien und an Feiertagen ist kein Training. Die Teilnehmerzahl pro Trainingstermin ist begrenzt.

Schaut am besten gleich, welcher Trainingstermin in euren Zeitplan passt und meldet euch an – je früher desto besser! Sobald die Planung abgeschlossen ist, erhaltet ihr eure aktuelle Trainingszeit und weitere Informationen!

WICHTIG!

Anmeldungen für das Sommertraining müssen bis spätestens 27. März 2019 schriftlich über das Anmeldeformular auf:
www.tennis-and-more.info/anmeldung erfolgen.

HIGHLIGHTS DER SOMMERSAISON 2019

Diese Angebote gelten auch für Nichtmitglieder des Vereins:

SCHNUPPERKURSE (für Anfänger und Wiedereinsteiger)

5 Termine

Preis: € 60 (inkl. 19 % MwSt.)

1 kostenloser Schnuppertermin

KINDER / JUGENDLICHE / ERWACHSENE
nach Vereinbarung

ERWACHSENENTRAINING

Täglich möglich, nach individueller Absprache

TENNISCAMPS

auf der Anlage des TC Ketsch

Preis: € 180,- inkl. 19 % MwSt. und Mittagessen

PFINGSTEN: 11. bis 15. Juni 2019

SOMMER: Camp I: 29. Juli bis 02. August 2019
Camp II: 02. bis 06. September 2019

HERBST: 28. bis 31. Oktober 2019

OSTERCAMP IN SÜDTIROL:

13.04 -20.04.2019

ATHLETIKTRAINING

Kondition, Fitness und Verletzungsprophylaxe



KOKO'S TENNIS & MORE

Korina Perkovic
Tennistrainerin

Ortsstraße 4
69168 Schatthausen
T 0 152 | 54 30 66 21
E koko@tennis-and-more.info

www.tennis-and-more.info

Korina Perkovic, geboren am 14. April 1987 in Frankfurt gewann in Ihrer Tenniskarriere drei ITF-Einzeltitel und insgesamt sieben ITF-Doppelturniere auf der WTA-Tournee. Im Einzel erreichte sie im Jahr 2007 ihre beste Platzierung in der Damen-Weltrangliste mit Position 339. In der Doppelwertung stieg sie durch ihre Erfolge im Jahr 2008 sogar bis auf Platz 299 in der Weltrangliste auf.

VEREIN & TRAININGSORT



Tennisclub Ketsch e.V.

Im Bruch 1
68775 Ketsch

Geschäftsstelle:
T: 06202 / 6 47 72
E: info@tennisclub-ketsch.de

in Kooperation mit:

club solution

Lösungen für Ihren Verein

www.club-solution.de



AKTUELLE INFORMATIONEN ZUM TENNISTRAINING
SOMMERSAISON

APRIL - SEPTEMBER 2019