



# TRAININGSANGEBOT JUGEND

## BASIC

Anfängerbereich

## ADVANCED

Fortgeschrittenenbereich

## TUTORIUM

**Kostenloses Zusatztraining \***  
(exklusive Hallennutzung)

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 Wintersaison 2020/21 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 (Bambini, Basic, Advanced) 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 Winter geplant. Lasst euch überraschen!

Wir freuen uns auf eine schöne Wintersaison mit euch!

**Eure Koko**

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

Trainingstermine:

Mo: 15:00 - 16:00 Uhr  
16:00 - 17:00 Uhr

Di: 16:30 - 17:30 Uhr

Do: 17:00 - 18:00 Uhr  
18:00 - 19:00 Uhr

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

Sa: 09:00 - 10:00 Uhr  
10:00 - 11:00 Uhr

Preis pro Kurs (22 Termine):

**€ 397,98** inkl. ges. MwSt. und Hallennutzung

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

Trainingstermine:

Mo: 17:00 - 18:00 Uhr  
18:00 - 19:00 Uhr

Di: 15:30 - 16:30 Uhr  
17:30 - 18:30 Uhr  
18:30 - 19:30 Uhr

Do: 17:00 - 18:00 Uhr  
18:00 - 19:00 Uhr  
19:00 - 20:00 Uhr

Fr: 18:00 - 19:00 Uhr

Preis pro Kurs (22 Termine):

**€ 397,98** inkl. ges. MwSt. und Hallennutzung

Verbesserung der spielerischen Fähigkeiten, der Kondition und der Koordination.

Trainingstermine:

**BASIC-BAMBINI:**

Do: 15:00 - 16:00 Uhr

**BASIC:**

Mi: 15:30 - 16:30 Uhr

**ADVANCED**

Mi: 16:30 - 18:00 Uhr

**TENNISSEZIFISCHES  
KONDITIONSTRaining**

(und Ausweichtermine Tennis)

Mo: 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)  
Ballschule, Spielerisches Erlernen von Bewegungen mit und ohne Schläger  
Kurse auf Anfrage, Mindestteilnehmerzahl 6  
Preis pro Kurs: **€ 319,-** inkl. ges. MwSt. & Hallenmiete, 22 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: **€ 397,98** inkl. ges. MwSt. & Hallenmiete, 22 Termine

## ANMELDEINFORMATIONEN

Das Wintertraining 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 Wintertraining müssen bis **spätestens 02. Oktober 2020** schriftlich über das Anmeldeformular auf: [www.tennis-and-more.info/anmeldung](http://www.tennis-and-more.info/anmeldung) erfolgen.

# HIGHLIGHTS DER WINTERSAISON 2020/21

Diese Angebote gelten auch für Nichtmitglieder  
des Vereins:

## SCHNUPPERKURSE (für Anfänger und Wiedereinsteiger)

### 5 Termine

Preis: € 60 (inkl. ges. MwSt.)

1 kostenloser Schnuppertermin

KINDER / JUGENDLICHE / ERWACHSENE  
nach Vereinbarung

## ERWACHSENENTRAINING

Täglich möglich, nach individueller Absprache

## WORKSHOPS ERWACHSENE

**BASIC** Samstag 13:00 - 14:30 Uhr

**ADVANCED** Mittwoch 18:00 - 19:30 Uhr

Samstag 13:00 - 14:30 Uhr

Der Preis pro Person pro Training beträgt **€ 22,00**  
inkl. ges. MwSt. & Hallenmiete

### OSTERCAMP IN SÜDTIROL:

3. - 10. April 2021 weitere Infos folgen

## 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](http://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](http://www.club-solution.de)

AKTUELLE INFORMATIONEN ZUM TENNISTRaining  
WINTERSAISON

OKTOBER 2020 - MÄRZ 2021

