

Matchtraining und Tennistaktik für Jugendliche m/w in der Tennishalle Pfronten – Tennisschule Otto Bauer



Das Tennistraining hat den Sinn und Zweck, die Kinder und Jugendlichen im technischen, physischen und psychischen Bereich auf das Match vorzubereiten.

Dabei ist den Spielern fast immer klar, dass man gute Grundschläge braucht, um auch gut Tennis spielen zu können.

Man muss den Kindern und Jugendlichen gerade im Tennistraining verstärkt bewusst machen, dass man eine gute Schlagtechnik im Tennis nur dann erfolgreich anwenden kann, wenn man auch wirklich gut zum Ball steht. Was hilft eine saubere Schlagtechnik bei den Tennis-Grundschlägen, wenn man konditionell nur für 20 Minuten Tennismatch fit ist, und dann nur noch Fehler macht, weil man nicht mehr richtig zum Ball steht?

Dazu ist wiederum wichtig, dass eine perfekte Schlagtechnik und konditionell topfit allein, nicht unbedingt zum Ziel führen, wenn Schläge taktisch falsch eingesetzt werden, oder bei wichtigen, Matchentscheidenden Ballwechseln die Nerven versagen.

Für das Tennistraining heißt das in der Praxis, dass neben dem Techniktraining unbedingt auch ein spezifisches Konditionstraining durchgeführt werden muss, und in realistischen Trainingsspielen oder matchnahen Trainingsformen die Tennistaktik und Nervenstärke geschult werden.

Es ist nur allzu oft zu beobachten, dass viele Kinder und Jugendliche im Training ganz anders spielen, als im Match.

Im Training meistens zu übermütig (ohne Druck), im Tennismatch oft zu verhalten (Unsicherheit, Druck usw).

Das spezifischste Training stellt das Matchtraining dar. Hier ahmen wir den Wettkampf nach und trainieren genau das, was später im Match vorkommt. Die Komplexität, die ein engagiertes Matchtraining aufweist, wird häufig unterschätzt. Nichts ist komplexer als ein Matchtraining. Das Anforderungsprofil ist nahezu identisch mit einem Wettkampf im Turnier. Matchtraining, welches immer auch ein Taktiktraining darstellt, ist ständiger Bestandteil des Trainings.

Aus diesem Grund gehört es auch zu den Aufgaben des Tennistrainers, dass zumindest die Mannschaftsspieler regelmäßig Trainingsmatches spielen, damit sie ihr Matchverhalten schulen können.

Die Erkenntnis, dass der Spieler gewinnt, der dem Gegner öfter die "Chance zum Fehler" gibt, ist schon viel wert.

Das heißt, die Kinder spielen im Match meistens viel zu risikoreich, und wollen den Punkt mit dem ersten Schlag erzwingen. Das klappt nur in den seltensten Fällen.

Viel wichtiger ist es, den Kindern zu vermitteln, dass im Tennismatch ein Ballwechsel aufgebaut werden muss, in dem man während dem Ballwechsel immer mehr den Druck auf den Gegner erhöht, bis dieser wahrscheinlich den Fehler macht.

Meist gewinnt nicht unbedingt der schlagtechnisch bessere Spieler, sondern der taktisch klügere Spieler. Je früher den Tenniskindern diese Erkenntnis bewusst wird, um so eher werden sie erfolgreicher Tennis spielen, und schneller positive Erfahrungen sammeln.

Da es unserer Region (Allgäu) sehr wenige Trainingsmöglichkeiten für jugendliche Turnierspieler im Winter gibt, bietet die **Tennisschule Otto Bauer in der Tennishalle Pfronten** einen Matchtrainings-Nachmittag an.

Dieser findet immer an einem Samstag von 13-15 Uhr statt.

Es werden 10 Samstage garantiert.

Die Trainingsdauer ist im Zeitraum von Oktober 2011 bis April 2012

Die Tennisplätze in der Halle Pfronten sind hierzu für Euch reserviert.

Es wird natürlich darauf geachtet, dass ungefähr die gleichen Spielstärken in jeder Gruppe sind.

Die Kosten für das gesamte Matchtraining wie oben beschrieben,

belaufen sich pro Person auf nur 160,- €

Interesse, dann beigefügtes Anmeldeformular ausgefüllt und unterschrieben an genannte Adresse im Anmeldeformular senden.

Info unter: Otto Bauer 0171-6733419

Sind alle Anmeldungen eingegangen, werde ich Euch die Spieltermine schriftlich zukommen lassen.

!!! Anmeldeschluss ist der 10. September 2011 !!!

Der Veranstalter Otto Bauer, behält sich das Recht eventueller Änderungen oder einer Absage bei zu geringem Interesse vor.

!!! Anmeldeschluss ist der 10. September 2011 !!!

Matchtraining 2011 / 2012 für Jugendliche m/w

in der Tennishalle Pfronten – organisiert v. d. Tennisschule Otto Bauer

verbindliche ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Matchtraining an.

Der komplette Betrag in Höhe von 160,- €, ist vor Beginn des Matchtrainings,
jedoch bis spätestens zum 12.09.2011 zu entrichten.

Die Gebühr in Höhe von 160,- € wurde amÜberwiesen.

Die Gebühr in Höhe von 160,- € wurde amBar bezahlt.

Name: Vorname:

LK: Geb.: männlich / weiblich

PLZ/Wohnort/Straße:

Tel./Fax: E-Mail:

Verein:

Wir akzeptieren die Ausschreibungsbedingungen.

.....
Ort – Datum:

.....
Unterschrift (Erziehungsberechtigter):

Anmeldungen bitte an: Otto Bauer - Vilstalstr.94 87459 Pfronten –
oder: per Fax 08364-986409
oder: per Email info@ts-otto-bauer.de

Überweisungen an: Tennisschule Otto Bauer

Bankverbindung: Konto-Nr.: 320609 BLZ : 733 698 78 Raiffeisenbank Wertach