

Tennislekis

Ålder: 5–7 år

Träningsmängd: 45–50 minuter tennis/vecka

Tennislekis är för de allra yngsta eleverna. Här ligger betoningen på lek och glädje. Övningarna är främst inriktade på att utveckla bollvana och koordination. Eleverna introduceras också till den grundläggande teknikträningen. Varje lektion ingår i en kursplan med olika teman och inriktningar varvid tennisspel successivt får större betydelse.

Mål:

- Utveckla koordination och rörelseschema för att snabbt komma igång med spel.
- Utveckla eleverna så att de kan och vill gå vidare till tennisskolan.

Förväntningar:

- Komma i tid till träningen, ombytt och klar.
- Ha med sig racket och fylld vattenflaska.
- Föräldrar hjälper till på banan.