

Der Tennissport

Tennis gilt nach wie vor als interessante, attraktive und „alterslose“ Sportart, die viele gerne ausprobieren und regelmäßig ausüben möchten. Mit innovativen Trainingsmethoden und Equipment haben Neulinge sofort die Möglichkeit, Spaß am Tennis zu haben.

Packt es an! Durch ein regelmäßiges Tennistraining erreicht ihr

- verbesserte Kondition und Koordination
- kräftigere Muskulatur
- mehr Stabilität für Wirbelsäule und Gelenke
- gute Körperwahrnehmung
- ein sportliches Aussehen
- Fitness für Herz und Kreislauf

Wir möchten euch beim Erlernen des Tennissports unterstützen. Für Tennis ist es nie zu spät!

Viele Erwachsene hören aus beruflichen oder privaten Gründen mit dem in der Kindheit und Jugend erlernten Tennis auf. Sie haben keine Zeit mehr für ihr Hobby. Aber irgendwann, vielleicht wenn die eigenen Kinder Tennis spielen, wächst der Wunsch, es selbst noch einmal zu probieren und ein früheres Niveau wieder zu erreichen und darauf aufzubauen!

Tut etwas für Eure Gesundheit und Fitness.
Entspannt Euch vom Alltagsstress.

**Tennis ist ein Familiensport -
für alle Generationen!**

Impressum:
Tennisschule und Akademie
Kurt Hauer, Schneckenburgerstr. 44, 81675 München, Tel 015122964929

Tennis für Neueinsteiger



**FANG AN, TENNIS
ZU SPIELEN!**

Tennis für Wiedereinsteiger



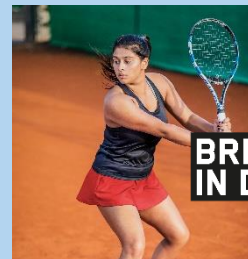
**BALLERMANN
MAL ANDERS.**

Tennis für Kinder



**DIE GRÖSSTE ALLER
SANDKISTEN.
MEIN TENNISPLATZ!**

Tennis für Teens



**BRING SCHWUNG
IN DEIN LEBEN!**

Das Trainingskonzept

Der Internationale Tennisverband hat ein altersgerechtes Trainingskonzept entwickelt.

Die Ausbildung für Kinder erfolgt in den Stufen **ROT**, **ORANGE** und **GRÜN** wobei Platzgröße und Ballhärte jeweils zunehmen.

Lernstufe ROT

Spielen im Kleinfeld - Bälle 75 % druckreduziert

Lernstufe ORANGE

MidCourt Tennis - Bälle 50 % druckreduziert

Lernstufe GRÜN

Spielen im Großfeld - Bälle 25 % druckreduziert

Ab **Lernstufe GELB** wird im Großfeld mit normalen Bällen gespielt.

Die Trainingsschwerpunkte sind:

- Technik und Taktik
- Kondition und Koordination
- Wettkampftraining

**Tennis ist ein Teamsport –
hier findest Du Freunde fürs Leben!**



Unsere Philosophie: ganzheitliches Lernen!

Unsere Lehrmethode

- Deduktives Lernen zur Erarbeitung der Grundfertigkeiten.
„Vormachen – Nachmachen“.
- Induktives Lernen zur Erweiterung der Fähigkeiten und Fertigkeiten.
„Ausprobieren – Helfen und Korrigieren“.

Trainingsangebote

- Kindertennistennis
- Schultennis
- Jugendtraining
- Erwachsenentraining
- Saisonvorbereitung für Mannschaften
- Trainingscamps und Ferienprogramme
- Individuelles Einzeltraining
- Gruppentraining (coronakonform)
- Cardio Tennis
- Ballschule Heidelberg
- Individuelle Trainingspläne basierend auf Konzept TENNIS CLASSES von Toni Nadal

Kontakt

Schneckenburgstr. 44
81675 München
Mobil: 0151 22964929
E-Mail: k.hauer@tennis-akademie.eu
www.ts-hauer.de
www.tennis-akademie.eu

Unsere Standorte



TC Pfaffenhofen e.V.
Türltorstr. 54, 85276 Pfaffenhofen



Tennisabteilung SV Kranzberg,
Am Fischanger 8, 85402 Kranzberg



Tennisabteilung TSV Allershausen
Am Amperknie 1, 85391 Allershausen



Tennisabteilung FC Ampertal Unterbruck
St. Anna-Weg 21, 8577 Unterbruck

Kosten auf Anfrage

Gestaffelt nach Einzel- oder Gruppentraining.

Professionell

Effektiv

Bezahlbar

Coronakonform

k.hauer@tennis-akademie.eu

