



BARNETENNIS

Tennislek

3-5 år

TFO

6-12 år

6-ukerskurs

6-9 år

Weekend-kurs

10-13 år

Sommercamp

7-13 år

STKS TENNISUNVIERS

*KLUBBTRENINGER *SAMLINGER *TURNERINGER *ARRANGEMENT *TURER *PLANETSKJORTE

Team Pluto
6-8 år

Team Mars
8-10 år

Team Merkur
8-10 år

Team Neptun
10-13 år

Team Tellus
10-13 år

Team Halleys
10-12 år

KURSPROGRAM

6-7 år
6-ukerskurs

INTROKURS (6-7ÅR)

To treninger i uken i seks uker. 12 timer.

Kurset starter med elementer fra lilla nivå, dvs. kast- og mottaksøvelser, samt racketkontroll. Deretter starter barna og jobbe mot Rød 1.

KURS 2 (6-7ÅR)

Starter opp umiddelbart etter introkurs. To treninger i uken i seks uker. 12 timer.

Fortsetter der introkurset avsluttet. Pensum er Rød 1.

KURS 3 (6-7ÅR)

Starter opp umiddelbart etter kurs 2. To treninger i uken i seks uker. 12 timer.

Målet med kurset er å fullføre Rød 1. Etter dette starter man evt. å jobbe mot Rød 2.

8-9 år
6-ukerskurs

INTROKURS (8-9 ÅR)

To treninger i uken i seks uker. 12 timer.

Pensum er Rød 1.

KURS 2 (8-9ÅR)

Starter opp umiddelbart etter introkurs. To treninger i uken i seks uker. 12 timer.

Fortsetter der introkurset avsluttet. Når Rød 1 er fullført, starter man å jobbe mot Rød 2.

10-11 år
Weekend-kurs

INTROKURS (10-11ÅR)

Kurset varer seks timer, dvs. tre økter à to timer.

Kurset starter med Rød 1, og går deretter videre til Rød 2.

KURS 2 (10-11ÅR)

Blir satt opp noen helger etter intro-weekend. Kurset varer seks timer, dvs. tre økter à to timer.

Pensum er Rød 2.

12-13 år
Weekend kurs

INTROKURS (12-13ÅR)

Kurset varer seks timer, dvs. tre økter à to timer.

Pensum er Rød 2.

KURS 2 (12-13ÅR)

Blir satt opp noen helger etter intro-weekend. Kurset varer seks timer, dvs. tre økter à to timer.

Pensum er Oransj 1.