



"Tennisschule P. Liptak"

Peter Liptak/0176-23860829/, liptak-tennis@web.de

staatlichgeprüfter Tennislehrer/VDT

Lehrherr/Lehrteam/VDT

CardioTennisTrainer/DTB

Tennismanager/IST

Vereinsmanager/DTB

Mentaltrainer / WLSB

**Zusätzliche Aktionen ab Oktober 2013 in unserer
Halle:**

" OFFENE BALLSCHULE "

für alle Kinder im Kindergartenalter zwischen 3 und 5 Jahren,

ohne Voranmeldung- alle Kinder sind herzlich willkommen !

Wo ? Tennishalle TV Geislingen

Wann ? jeden Dienstag 14.00 - 15.00 Uhr

Wie ? koordinative Fähigkeiten, Einführung in die Schlagtechnik, Ballolympiade,

tennisspezifische Übungen, Ballspiele nach Lust und

Laune

Kosten ? Mitglieder 4 €, Nichtmitglieder 6 €

"LADIES MORNING "

für alle Leistungsklassen, mit Voranmeldung / bitte bei mir anrufen oder Email/,

alle Damen sind herzlich willkommen / Mitglieder und Nichtmitglieder/!

Wo ? Tennishalle TV Geislingen

Wann ? jeden Dienstag 9.30 - 11.00 Uhr

Wie ? Techniktraining / je nach Spielstärke der Teilnehmer/,
Matchsituationen,

Doppeltraining, Matchtraining

Kosten ? Mitglieder 11€, Nichtmitglieder 15€

"SCHNUPPERKURS FÜR NICHTMITGLIEDER/ ERWACHSENE"

für alle Leistungsklassen, ohne Voranmeldung, nur für Nichtmitglieder

Wo ? Tennishalle TV Geislingen

Wann ? jeden Donnerstag 19.00 - 20.00 Uhr

Wie ? Techniktraining / je nach Spielstärke der Teilnehmer/, Spielsituationen,

Matchtraining - Einzel, Doppel je nach Lust und

Laune !

Kosten ? keine

**"HAPPENING - TENNISTREFF FÜR JEDERMANN/
ERWACHSENE"**

für alle Leistungsklassen, ohne Voranmeldung-/ einfach kommen und spielen!/,

alle sind willkommen / Mitglieder und Nichtmitglieder/!

Wo ? Tennishalle TV Geislingen

Wann ? jeden Donnerstag 20.00 - 22.00 Uhr

Wie ? Techniktraining, Spielsituationen, Spielstrategie, Coaching, Mentaltraining, Matchtraining,

anschließend Turnier / Einzel, Doppel/

Kosten ? Mitglieder 11€, Nichtmitglieder 15€

" SONNTAGSMATCHTRAINING" / nur für Jugendliche vom TV Geislingen/

für alle Mannschaftsspieler/ Vereinsmitglieder TV Geislingen/, per Voranmeldung

Wo ? Tennishalle TV Geislingen

Wann ? jeden Sonntag / wenn Halle frei ist/

Wie ? es werden Matche gespielt, Einteilung folgt jede Woche wer mit wem, Ergebnisse in die Liste eintragen

Organisation und Einteilung ? bei mir per Email, oder in der Halle hängt jede Woche eine Liste

Kosten ? 5€/Spieler/Sonntag

Warum Matchtraining ?

Jeder kennt das:

Man trainiert Technik, Koordination, Spielsituationen, Kondition etc...

Dann spielst Du aber ein enges Match ...und plötzlich wird alles anders und nichts läuft wie es laufen sollte...!!!

Wie soll ich eigentlich gewinnen, wenn ich dieses Gefühl im Match vom Sieg und Niederlage, von wichtigen und unwichtigen Punkten im Wettkampf, eigentlich gar nicht kenne?

Wie soll ich das, was ich im Training gehört habe, im Match umzusetzen?

Du musst mehr **TRAININGSMATCHE** spielen, um sich alles ausprobieren zu können!

Du musst mehr **TRAININGSMATCHE** spielen, um mental stärker und reifer im Wettkampf zu werden!

Du musst mehr **TRAININGSMATCHE** spielen, um enge Situationen und Spielstände im Wettkampf zu beherrschen!