

## Tennis Sommer Intensiv – Übersicht Spielniveau

	Grundlagen	Aufbau	Fortgeschrittene
<b>Voraussetzungen:</b>	Keine, Kurs richtet sich an Anfänger	Kenntnisse der Grundschläge und Ballwechsel über das gesamte Spielfeld möglich	Grundschläge können platziert in Matchsituationen gespielt werden, Kenntnisse der Speziälschläge
<b>Ziele:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erste Erfahrungen mit den Grundschlägen</li> <li>• Ballwechsel über das gesamte Spielfeld möglich</li> <li>• Einblick in Tennisregeln</li> <li>• Individuelle Ziele/Wünsche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigung der Grundschläge</li> <li>• Erste Erfahrungen mit Speziälschlägen</li> <li>• Ballwechsel über das gesamte Spielfeld möglich</li> <li>• Individuelle Ziele/Wünsche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigung der Grundschläge</li> <li>• Festigung der Speziälschläge</li> <li>• Anwenden Speziälschläge in Matchsituationen</li> <li>• Individuelle Ziele/Wünsche</li> </ul>
<b>Inhalt:</b>	<p><b>Technik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Vorhand und Rückhand</li> <li>-Volley, Aufschlag und Return</li> </ul> <p><b>Taktik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Grundlinienspiel</li> <li>-Grundkenntnisse der Spielsituationen</li> </ul>	<p><b>Technik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Schulung von Vor- und Rückhand</li> <li>-Volley, Aufschlag und Return</li> <li>-Topspin, Slice, Smash, Stoppball</li> </ul> <p><b>Taktik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Vertiefung der Spielsituationen</li> <li>-Tennisregeln</li> </ul>	<p><b>Technik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Topspin, Slice, Smash, Stoppball</li> <li>-Aufschlag mit Rotation</li> </ul> <p><b>Taktik:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Anwenden verschiedener Spielsituationen</li> <li>-Matchsituationen mit Aufschlag und Return</li> <li>-Angriff und Verteidigung</li> </ul>