



Tenisz...Játsz és maradj

Teniszprogram kisiskolásoknak

A teniszsport egy nagy tradíciókkal rendelkező objektíven mérhető egyéni küzdősportág. Más sportágakkal szembeni előnye, hogy bármilyen szinten, kortól függetlenül egész évben űzhető. E sportág választása esetén gyermeke részese lesz egy olyan kultúrának és környezetnek, amely minőségi életmódra nevel. A teniszt, bármilyen szinten is űzve, pozitív hatással van az egyén személyiségének fejlődésére, mert a játék jellegénél fogva állandó döntéshozatalra készíti minket. Az élet bebizonyította, hogy a sportolók könnyebben állnak helyt a civil életben, mert gyorsabban alkalmazkodnak a megváltozott feltételekhez, céltudatosabbak, kitartóbbak, jobb időbeosztással élnek, nagyobb a munkabírásuk. A gyerektenisz és Play and Stay program célja: Bevezetni a gyerekeket a teniszjátékba, a teniszhez szükséges alapok megszerzésével és élmény és szórakozás biztosításával!

A mai modern teniszben fontos, hogy az edző játszani tanítsa meg a játékosot, amint az lehetséges. A játék tanulása közben kell megadni azokat lényeges technikai és taktikai információkat, amelyek segítik a játékosot abban, hogy fejlődjön.

A tenisz könnyű, szórakoztató és egészséges

A tenisz lehet könnyű és szórakoztató, ha az oktatók különböző nyomású labdákat, különböző méretű ütőket használnak a kezdő játékosoknál. A játékosok az első leckétől adogathatnak, labdamenetet játszhatnak, számolhatják a pontokat

Az iskolai programban résztvevő edzők



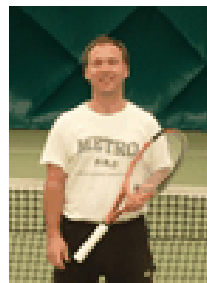
Papp Sándor
Programvezető
MTSZ „A” licence



Ladó Antal
Edző
MTSZ „B” licence



Krafcsik Tamás
Edző
MTSZ „P&S” licence



Szin Attila
Edző
MTSZ „P&S” licence

TENISZ... JÁTSSZ ÉS MARADJ

metrospport.hu/metro-tenisz/playastay-tenisz



METROSPORT

Teniszpályák és műfüves focipályák
pályafoglalás: 406-5584, 30/7420-480
WWW.METROSPORT.HU