



Tennisskolan Våren 2019

Barn och ungdomar (5-18 år)

Minitennis (Fortsättningskurs):

Lördagar: 8.30-12.30
Söndagar: 13.30-17.30
Ålder: 5-7 år
Start: V.4
Välj: 1 tim/vecka

Tennisskolan (Tävlar ej utöver serien):

Vardagar: 15.30-20.30
Helger: Förmodligen inte
Ålder: 7-18 år
Välj: 1-3 tim/vecka

Tävlingsspelare (Tävlar utöver serien):

Vardagar 15.30-21.30
Ålder: 12-18 år
Välj: 3-5 tim/vecka

Information: Anmäl er där ni känner att ni hör hemma, tränarna fixar sedan grupper utefter er spelstyrka. Denna blankett är enbart för fortsättningskurser. Samtliga juniorer i tennisskolan kommer att faktureras för idrottsrabattshäften (3st) som sedan delas ut i träning så fort vi mottagit dem.

Nybörjarna har en separat blankett. Maila vid eventuella funderingar.

OBS! Meddela oss vilka dagar ni **INTE** kan träna!!

Vuxna

Teknikkurs:

Mån-Tis: 20.30-22.30
Torsdagar: 17.30-19.30
Lördagar: 8.30-13.30
Söndagar: 15.30-17.30
Intensitet: Medel
Teknikfokus: Hög
Spelövningar: Medel

Motionstennis:

Mån-Tis: 20.30-22.30
Torsdagar: 18.30-22.30
Söndagar: 17.30-21.30
Intensitet: Hög
Teknikfokus: Medel
Spelövningar: Mycket

Information: Teknikkursen fokuserar på teknik därav lägre intensitet. I motionstennis ligger fokus på högre intensitet, mer spelövningar men mindre teknik. Efter ett pass motionstennis ska man ha **SVETTATS REJÄLT!** Det går att kombinera med ett utav varje alternativ om man tränar mer än 1tim/vecka. OBS! För att kunna delta i fortsättningskursen eller motionstennis så måste man ha genomfört nybörjarkursen. Nybörjarkurser har separat blankett. Maila om något är oklart. Vuxna kan i nuläget träna max 2h/vecka.

OBS! Meddela oss vilka dagar ni **INTE** kan träna!!

PRISER:

Minitennis fortsättningskurs = 700kr (12ggr)
Junior (tim/vecka): 1h = 1050kr; 2h = 1940kr; 3h = 2675kr; 4h = 3255kr; 5h = 3675kr.
Vuxen (tim/vecka): 1h = 1600kr; 2h = 3000kr; 3h = 4400kr.

Medlemsavgift tillkommer!

Familj: 600kr
Vuxen: 350kr (50% inför HT)
Junior: 200kr (50% inför HT)

HUR ANMÄLER JAG MIG? Mejla junior@skovdetennis.se (5-18år) och vuxen@skovdetennis.se (18+)
Följande information ska finnas med: Namn, mailadress och telefonnr samt vilka tider ni kan träna de olika dagarna.

SENASTE ANMÄLAN: 16/12-2018. Anmälan är bindande och faktureras terminvis.

HUR LÅNG ÄR TERMINEN?

Våren 2019

Kurserna börjar V.2 (Söndagar V.4) och alla pågår V.17 ut med uppehåll V.7 (Sportlov) och V.16 (Påsklov).

