

Tennistraining@tSAS

tennis • squashcenter

Welkom bij onze Kidstennislessen!

5 kleuren = 9 progressies van terrein, bal & vaardigheden



- Elke kleur specifieke eindtermen & testjes
- Behalen van voldoende eindtermen = ontvangen van diploma
- Diploma behaald = overgaan naar volgende kleur
- In elke kleur verbeteren van zowel tennisvaardigheden als algemene motoriek.

Meer info & video's: www.tsas.be/kidstennis

TENNIS & SQUASHCENTER 'TSAS | MECHELSESTEENWEG 380, 2500 LIER

Tennistraining@tSAS

Welkom bij onze Kidstennislessen!

tennis • squashcenter

BLAUW

5 - 7 jaar
K3 & L1

BLAUW 1

- Lukken over net & in het terrein
Bal zuiver in midden van racket raken
- Bal "los" vangen (= met handen voor i.p.v tegen lichaam)
- Verschillende vormen van rollen & werpen (racket, handen, ...)
- Met ritme spelen

B 2,75 x L 4m /
B 2,75 x 8m

Blaasbal
en rode softbal



BLAUW 2

- FIJN Lukken in over net & in op langer terrein
- Spelen van balwisseling met trainer
- Spelen tegen muur
- Spelen van wedstrijdjes
Tellen van punten

5-6 jaar



BLAUW
wedstrijdjes
en spelletjes



Vraag advies aan de trainers
voor de **juiste racketmaat**.

Meer info & video's
www.tsas.be/kidstennis

TENNIS & SQUASHCENTER 'TSAS | MECHELSESTEENWEG 380, 2500 LIER