

Polysportiv in die Zukunft

Vier Tennisschulen gehen neue Wege und setzen bei der Nachwuchsförderung unter anderem auch auf einen ganz speziellen, polysportiven «Bain Cup». TEXT & FOTOS: ZVG



Die Tennisschulen Nicole Bain Zürich Lengg, Ajit Alexander TC Bludenz AT, das Tenniscenter Bad Ragaz mit Hans Markutt und der Tennisclub Lerchberg/ZH mit Sven Leuzinger organisieren periodisch für talentierte und motivierte Junioren

spezielle «Bain-Cup- Anlässe». Zwischen 9 Uhr am Morgen und 16 Uhr am Nachmittag misst sich da der Nachwuchs jeweils in den Disziplinen Squash, Tischtennis, Tennis im Einzel und im Doppel. Die Tennislehrer betreuen die Kids unentgeltlich und mit einer grossen Leiden-

schaft. Sie fördern damit die polysportive Ausbildung. Dabei wird Neues ausprobiert, die Leistung verbessert und werden gleichzeitig auch Gruppenerlebnisse gefördert. Gerade für fitnessorientierte Tennisspielerinnen und -spieler ist der auf den Ball fokussierte Wettkampf für die

Entwicklung des guten Ballgefühls (für das sogenannte «Händchen») förderlich, zudem wird die Beinarbeit weiterentwickelt.

Mike Arnold, der Konditions-Trainer im Team von Nicole Bain, beobachtet die Aktivitäten von allen Junioren. Ein vielseitiges und abwechslungsreiches Training ist gerade für Kinder elementar. Die Aufnahmefähigkeit für das Erlernen von unterschiedlichen Bewegungsmustern und motorischen Reizen ist im Kindesalter maximal. Ebenso werden speziell das Lesen des Gegners, das Einschätzen der Flugbahn eines Balles, die Reaktionsschnelligkeit und die Stop-and-go-Bewegung gefördert. Vier Schulen mit einem Ziel: die Förderung von Tennistalenten. ●



Tennisschool Nicole Bain



info@tennisschool-nicolebain.ch
www.tennisschool-nicolebain.ch

Tennisschool by Ajit Alexander



ajit.alexander@aon.at

ALPINE TENNIS ACADEMY
WWW.A-T-A.CH



info@a-t-a.ch
www.a-t-a.ch

Tennisclub Lerchenberg
Sven Leuzinger

juniores@tennisclub-lerchenberg.ch