



Tilbud til klubberne

En samlet oversigt over hvilke aktiviteter samt events DGI/JTU og DTF udbyder, som klubberne kan benytte sig af. Der findes aktiviteter til alle målgrupper – børn, unge, voksne, ældre, trænere, ildsjæle mm. Aktiviteterne kan både være til glæde for bredden af tennisspillere samt være med til at udvikle ens klub.

Aktiviteter til klubben

● **Tennisskole/Sommerskole**

Tennisskoler er en aktiv ferie for børn i alderen 6-15 år, som typiske foregår i skolernes sommerferie.

Formålet med tennisskolerne er at børnene har det sjovt med tennis og får nye venner, samtidig med at de lærer en masse. Der er tid til masser af instruktion, så børnene udvikler sig på tennisbanen. Udfordringerne bliver tilpasset den enkeltes niveau, og der er stor fokus på at have det sjovt, mens børnene bliver bedre til tennis.

● **Tennis i skolen**

Tennis i skolernes idrætstimer giver børn og unge uden kendskab til idrætten, mulighed for at prøve kræfter med tennis og skaber en relation mellem klubben og potentielle nye medlemmer. Her kan vi hjælpe med opstart, gennemførelse og muligheden for at trække øvrige interessenter såsom kommune med ind. Læs mere [HER](#)

● **Trænerkurser i Tennis**

Træneren er en nøglefigur i de fleste tennisklubber. Kvalificeret træning bidrager til at udvikle, tiltrække og fastholde børn og voksne spillere uanset niveau og ambitioner. Det er derfor essentielt, at mange får en tennisuddannelse.

Tennisdanmark udbyder i fællesskab en bred række træneruddannelser og trænerkurser. Kursernes indhold og varighed er forskellige og bliver udbudt i hele landet. På vores kurser undervises deltageren i at blive den gode træner, der skaber et sundt træningsmiljø og fremmer glæden ved tennis ved at træne, udvikle og motivere den enkelte spiller. Læs mere [HER](#)

Det er endvidere muligt at lave et lokalt klubkursus. Kurset kan enten holdes eksklusivt for klubbens egne trænere eller trænere fra flere tennisklubber i samarbejde. Fordelen er, at I kan få opkvalificeret trænere, juniorer, forældre og frivillige på hjemmebane. Læs mere [HER](#)





- **Lokale fokuskurser for trænere/ildsjæle/ambassadører**

Klubberne har mulighed for at booke et kursus, der sætter fokus på et specifikt tema, som har relevans for jer. Kurserne varer ca. 3-4 timer og afholdes i egen klub, hvilket giver klubberne en enestående mulighed for at invitere klubbens frivillige, trænere, forældre og andre interesserede til et spændende og lærerigt kursus på hjemmebane. Temaerne kan f.eks. være Tennis & motion, øvelsesmesteren, skumtennis, voksenintroduktion og supervision. Læs mere [HER](#)
- **Lokalt Inspirationskursus i Padel**

Få en padeltræner ud i jeres klub, som vil introducere padel. Her kommer der ind på regler, teknik og spilforståelse. Masser af input til øvelser, der kan tilpasses til begynderen og de let øvede. Så I kan tilbyde intro'er til medlemmer og nye medlemmer. Inspirationskurset vare fire timer, hvor der ville være en intro og afslutning udenfor banen, og ellers vil tre af timer foregår på banen med masser af praktik og øvelser og den. Læs mere [HER](#)
- **Trænerkurser i Padel**

Dygtige trænere og frivillige ildsjæle er afgørende for udbredelsen af padel. Uanset spillernes niveau, skal niveauet på ham eller hende, der styrer boldkurven, være højt. Det gælder teknisk forståelse, spilforståelse og ikke mindst evnen til at skabe begejstring og fællesskab. Der udbydes padel trænerkurser på niveauer. Læs mere [HER](#)
- **Tennisportens dag**

Hvert år i starten af udendørssæsonen, som regel i starten af maj, har klubberne mulighed for at tilmelde sig Tennisportens dag. Her bydes alle ind for at prøve at spille tennis. Det er gratis at deltage og der kan lånes ketcher i klubben. Hvis klubben tilmelder sig tennisportens dag inden en bestemt deadline, får klubben tilsendt en række forskellige markedsføringsmaterialer helt gratis. Læs mere [HER](#)
- **Voksenintroduktion**

Voksenintroduktion er for dig der enten aldrig har spillet tennis før, tidligere har modtaget basal tennisundervisning, men aldrig spillet tennis på konkurrenceplan eller er let øvet og gerne vil starte op igen efter en lang pause. For at deltage på voksenintroduktion skal man være fyldt 18 år eller ældre. Her lærer du tennis på en let og aktiv måde, hvor du får intro til basal tennisteknik – tilpasset dit niveau og minimum 6 timers social holdtræning. Deltagerne får stillet en ny låneketcher til rådighed som bliver ens egen hvis man melder sig ind i klubben.





Voksenintro er en god måde at rekruttere flere medlemmer og det er derfor en god ide at ens klub udbyder dette i sommersæsonen. Læs mere [HER](#)

🟢 **Tennisaktiv 60+**

TennisAktiv 60+ henvender sig til folk over 60 år, som vil prøve at spille tennis og hygge sig sammen med ligesindede. Forløbet består af et let og hyggeligt introforløb efterfulgt af et socialt holdtilbud, hvor spillerne mødes på faste tidspunkter. Deltagerne får stillet en ny låneketcher til rådighed som bliver ens egen hvis man melder sig ind i klubben. Læs mere [HER](#)

🟢 **Familietennis**

Familietennis er et super tilbud, hvor du kan dyrke motion, samtidig med at du er sammen med dit barn. Til familietennis arbejdes der med balance, rytme og bevægelse i tennislege og spil, så børnene er aktive på et niveau, der passer til deres alder. Her er der også mulighed for at møde andre forældre med jævnaldrende børn, der har samme interesse. Læs mere [HER](#)

🟢 **Inspirationsdag**

En inspirationsdag indbefatter at der kommer en træner ud til klubben, som kan inspirere. Det kan både indbefatte træning af junior eller senior, tematræning eller inspiration til klubbens trænere. Varigheden for en inspirationsdag kan variere alt efter behov, men varer som regel mellem 2-4 timer.

🟢 **Hjælp til lokale stævner**

Klubben kan få hjælp og sparring på afholdelse af lokale stævner. Der kan hjælpes med sparring til en stævneplan, general afholdelse af stævner eller vi kan finde en træner som kan hjælpe med at afholde stævnet.

🟢 **Vækstaftale**

En vækstaftale er et målrettet vækst- og udviklingsforløb tilpasset ens klub.

I vækstaftalen opstiller vi i fællesskab målsætninger med udgangspunkt i klubbens udfordringer, muligheder og medlemspotentiale og udarbejder handleplaner for, hvordan og hvornår klubben kan opnå målene. Formålet med at indgå en vækstaftale er at skabe involvering og engagement – og ikke mindst at sikre konkrete resultater i form af nye glade og veltilfredse medlemmer. Læs mere [HER](#)





Aktiviteter til spillere

● **Jyske Mesterskaber (JM)**

JM er en individuel turnering, som afholdes to gange om året – indendørs i januar og udendørs i slut maj/start juni. JM afholdes for junior, senior og veteraner og der er både mulighed for at stille op i single og double. JM afholdes som cup-format, dog med undtagelse af U10, som spiller puljer. Alle kan deltage, da det kræver ikke licens for at deltage. Læs mere om JM indendørs [HER](#) eller JM udendørs [HER](#)

● **Skumtennis**

I indendørssæsonen udbydes en række skumtennisstævner forskellige steder i Jylland. Skumtennis spilles på badmintonbaner, hvor nettet er sat ned. Der spilles med skumbolde, som er nemmere at styre end almindelige tennisbolde. Det gør at spillet kan holdes i gang i længere tid og man dermed får længere og mere spændende dueller. Først og fremmest kan alle tennisspillere udvikle sit spil ved at spille skumtennis – lige fra let øvede til rutinerede. Skumtennisstævnerne er breddeorienteret og har til formål, at give alle der deltager en god oplevelse med kampspillet. Der lægges stort fokus på det sociale element til alle stævner. Det er dermed en fremragende måde at stifte bekendtskab med turneringstennis under trygge rammer og sammen med familien eller klubkammeraterne - uden at skulle bruge hele weekenden på en turnering. Læs mere [HER](#)

● **Jyske Mesterskaber i Skumtennis**

JM i Skumtennis afvikles en gang om året og typisk som afslutning på indendørssæsonen i marts/april måned. Jyske Mesterskaber i skumtennis er for alle, uanset alder, niveau og række. Det betyder at der både udbydes JM i skumtennis for junior, senior og veteraner. Læs mere [HER](#)

● **Holdturnering udendørs**

I udendørssæsonen er der mange muligheder for at spille holdturnering både som junior, senior, veteran og 60+ spiller. Her stiller klubberne op som et hold, hvor antallet af spillere på holdet afhænger af rækkerne der udbydes. Der udbydes hold med 2 personer og helt op til 4 personer. Afhængig af rækkerne udbydes der drenge/herre, pige/dame og mixrækker. Læs mere [HER](#)

● **Holdturnering indendørs**

Indendørsfaciliteterne indendørs er desværre stærkt begrænset, hvilket betyder at der desværre kun udbydes holdturnering for juniorer. Her udbydes der 2 personers hold, hvor





der spilles både single og double. Alle kan være med, da der udbydes forskellige niveauopdelte rækker. Læs mere [HER](#)

● Tennis intro stævner (tidligere juniortours)

Introstævner er der dig, der vil prøve dig selv af i et sjovt og udfordrende tennisstævne. Stævnerne er for dig, der er ny eller lettere øvet med tennisketcheren og gerne vil prøve dig af i kampe mod andre, der er på samme niveau. Stævnerne er for børn og unge mellem 7-17 år. Der spilles med play and stay bolde. Det primære fokus er at skabe jævnbyrdige kampe for alle deltagere, så oplevelsen bliver super god.

Har i spørgsmål til ovenstående aktiviteter så kontakt enten Thomas Munk eller Camilla Petersen, camilla@jtu.dk