



Nyhetsbrev maj 2020

Terminen närmar sig sitt slut. Men innan vi tar några veckors organiserat träningsledigt (för tennisledigt hoppas jag ingen tar), ska vi hinna med en hel del klubbaktiviteter.

Sista träningsdagen är fredagen 5 juni. Det betyder att våra duktiga tennisspelare och tränare på lördagar bara har en träning kvar. Längre ner i brevet finner ni en text skriven av Annika och Tove riktad (främst) till er. Vi hoppas att ni alla kommer på lördag då jag hört rykten om att det kanske blir en liten överraskning istället för den traditionsenliga barnavslutningen.

Övriga aktiviteter innan hallen stänger 26 juni:

- 8–11 juni har vi vuxenläger där de tre passen börjar bli fulla, så om ni vill spela – hurry up!
- 15 juni (kl 18) är det årsmöte i hallen. Obligatorisk anmälan senast 8 juni på info@gtk.nu.
- 14 och 17 juni arrangerar vi två Tennis+Tennisyoga med vår fantastiska tennisyogi Victoria.
- 16 juni är det åter dags för First Timers Americano Dubbel (utan Bubbel – däremot blir det bubbel på prisbordet.
- 24 juni har vi en likadan tillställning (Americano Dubbel utan Bubbel) för damer och herrar som har spelat minst 4–5 år.
- Barnlägret 22–25 juni är fullt men vi tittar på möjligheten att nyttja andra anläggningar också.

Hallen öppnar för spel 3 augusti och den organiserade träningen inleds lördagen 15 augusti. Under juli kommer hallen att vara stängd – men långt från inaktiv. Vi kommer byta till led-belysning som kommer förbättra spelupplevelsen, och som också är en mer miljövänlig lösning som förbrukar avsevärt mindre el.

Vi vill också passa på att påminna om medlemsenkäten som skickas ut i dagarna. Vi hoppas att så många som möjligt tar sig tid att svara på frågorna. Det tar bara 7 minuter och er feedback är viktig i vår strävan att leva upp till våra värderingar och att klubben (för)blir ”Ditt hem för ett gladare tennisliv”.

Till hösten är kvalitet ett viktigt fokusområde. GTK har anlitat Martin Lager för att hjälpa till med den sportsliga biten. Tillsammans med undertecknad och teamet hoppas vi att ni kommer märka av ett lyft i verksamheten under höstterminen.



I övrigt jobbar vi vidare med att fräscha upp hallen för att säkra trivseln bland er medlemmar. En tillbakablick på 2019, men även en blick in i framtiden, får ni ta del av om ni besöker årsmötet. Väl mött!

Slutligen, på nästa sida följer lite tankar, iakttagelser och beröm från våra duktiga tränare Annika och Tove som jobbar med våra minsta racketsvingare. Jag avvaktar med att önska er en trevlig sommar till nästa nyhetsbrev. Men ett tips, tänk på hur effektivt det är med stoppbollar på det röda gruset.

Med vänliga stoppbollshälsningar,

Erik Botvidson
Klubbchef
Tel: 070 750 1699
Email: erik.botvidson@gtk.nu



Tove Larsson



Annika Klingström

”Vi vill berömma era barn som kommer till träningarna troget i dessa tider. Friska och kavata vinkar de hej då i entrén och modigt travar upp för trappan, ner för nästa trapp och in på rätt bana. Barnen har full koll på sitt racket, sin ryggsäck och sin vattenflaska. I de flesta fallen är även skosnörena knutna och hårbandet på plats och inte minst – barnen är i god tid till träningen börjar. Vi märker tydligt att när barnen är på plats i tid och vi hinner småprata lite, eller om barnen hinner titta lite på träningen innan, så skapar det en positiv förväntan på sin egen tennislektion. Barnen växer med uppgiften genom denna tidslucka av lugn, nyfikenhet och ansvar.

Vi jobbar fortsatt på med Multi Skillz-upplägget (se tennis.se/barn-ungdom/multi-skillz) och lägger stor vikt vid att barn och unga ska träna och tränas variationsrikt och allsidigt. Det ger barnet justa förutsättningar och möjligheter att utvecklas och stå på en stadig grund som gagnar fortsatt rörelseglädje och motivation till fortsatt idrottande. Vi vinnlägger oss om att åldersanpassa träningen både motoriskt och kognitivt. Ett exempel på det är att vi lägger redig tid på uppvärmning som vi vet från forskningen att den tar längre tid för barn än för vuxna. Det är tid som vi på ett mycket bra sätt kan väva in koordination, rörlighet, styrka och framför allt den röda tråden vi har för varje träning.

Nu under en period har vi arbetat med att hantera djup och rörelse framåt/bakåt i banan och då finns det med i en eller annan form i alla delar av tennislektionen, dvs uppvärmning, bollkontroll, tennisövningar och lek/spel. En rolig och varierad uppvärmning ger goda förutsättningar för bibehållen koncentration resten av träningen. Ett otränat öga kanske undrar vad vi gör när vi jagar rockringar, springer koordinationssteg i stege eller hoppar över ett hopprep och samtidigt rullar en boll som ska fångas i farten. Vi värmer upp samtidigt som vi övar öga-hand, rotation, start-stopp, korsvisa rörelser, reaktion osv. ALLT för att på längre sikt ge barnen en diger verktygslåda för att kunna vara kreativa, strategiska och ha god speluppfattning i tennisspelet. Ingen vinner i längden på att ensidigt ”bara” öva slagteknik. Det kan gå att jämföra med att barnen bara skulle ha ett ämne i skolan. Vi vill träna barnen 360 grader runt till atleter för både idrott och livet!”