

# *UNSER LEISTUNGSKONZEPT*

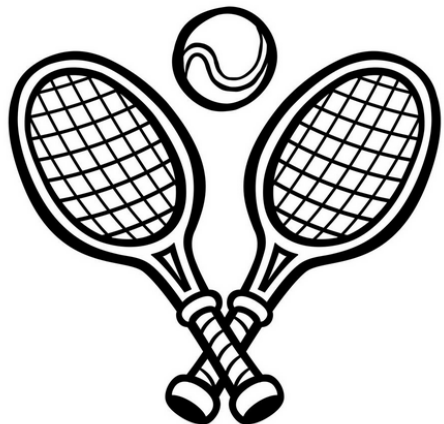




## Die drei Säulen des Jugend-Konzepts

### **Freizeitspieler**

Die Freude an der Bewegung und der Spaß am Tennis steht im Vordergrund.



### **Mannschaftsspieler**

Mannschaftsspieler lieben den Wettkampf und teilen Sieg und Niederlage mit ihren Teamfreunden.

Sie trainieren regelmäßig und zielgerichtet Einzel und Doppel.

Darüber hinaus verbessern sie regelmäßig ihre Kondition.

### **Leistungsorientierte Spieler**

Tennis wird zum Leistungssport, wenn mehrmals pro Woche trainiert und regelmäßig an Turnieren teilgenommen wird. Die Talente zeichnen sich durch überdurchschnittliche Motorik, hohe Motivation und Disziplin aus. In der Regel werden sie in den Ranglisten des DTB geführt.

Ziel der leistungsorientierten Jugendarbeit ist es, möglichst viele Jugendliche in Jugendmannschaften einzusetzen und, darauf aufbauend, an die Erwachsenen-Mannschaften heranzuführen.

# Ausbildungskonzept



Für unsere  
Kleinsten  
3 – 4 Jahre

## **Tennis- kindergarten**

Vermittlung der  
grundlegenden  
motorischen  
Fähigkeiten mit und  
ohne Schläger, vor  
allem mit dem Ball

ab 5 Jahre

## **Bambini- Tennis- Akademie**

Spielerische  
Vermittlung der  
koordinativen  
Grundfähigkeiten  
für das Tennisspiel  
auf dem Kleinfeld

## **Jüngstenkader**

Ab 7 Jahren  
Frühe Förderung von  
talentierten Kindern

## **Förderungsstufe I (ehemals A-Kader)**

Teilnahme an  
Punktspielen &  
Regionsmeisterschaften  
- Winter und Sommer -  
des TNB und an  
einer individuell  
angemessenen Anzahl  
von überregionalen  
Turnieren wird  
vorausgesetzt

**2 x wöchentl.  
90 Minuten  
Training**

In beiden Förderungsstufen  
ist die Teilnahme an  
Turnieren (mit Blick auf die  
eigene Leistung), die im  
Club zur Vahr ausgetragen  
werden, gewünscht.

Hineinwachsen in die  
1. bis 5. Mannschaften

## **Förderungsstufe II (ehemals B+C-Kader)**

Teilnahme an  
Punktspielen &  
Regionsmeisterschaften  
- Winter und Sommer -  
des TNB und an  
einer individuell  
angemessenen Anzahl  
von LK-Turnieren wird  
vorausgesetzt

**1 x wöchentl.  
60 Minuten  
Training**

# Ausbildungskonzept Jüngste 2025



Bambini Academy U3 bis U4  
1-2 x wöchentlich

Tennis Kindergarten U5 / U6  
1-2 x wöchentlich

## Turnierkader ab U7

- 2 x wöchentlich kleinere Gruppen
- Kooperation Region TNB
- Red-, Orange-, Green-Cup-Serie
- Punktspiele

**Ziel: Förderstufe 1A /  
1 der Jugend**

## Ambitionierter Breitensport ab U7 „Jüngstenkader“

- 2 x wöchentlich größere Gruppen
- Punktspiele und vereinzelt Turniere

**Ziel: Förderstufe 1 oder 2A**

## Breitensport ab U7

- 1 x wöchentlich Gruppe
- Punktspiele ab U9  
orange / green

**Ziel: Förderstufe 2**

# Ausbildungskonzept Jugend (ab U10) 2025



## Förderstufe 1A

3-4 wöchentlich Training

Individuelle Planungen  
(Training / Turniere)

Athletik Training  
verpflichtend

DTB-Rangliste Top 75 im  
Jahrgang

Qualifikation für  
Verbandsmeisterschaften

Mitglied im CzV

Repräsentieren des CzV  
regional/überregional

Punktspiele im CzV  
Ca. 15 Turniere p.a.

## Förderstufe 1

2-3 wöchentlich Training

Athletik verpflichtend

Regionsmeisterschaften  
DTB-Rangliste

Mitglied im CzV

Repräsentieren des CzV  
regional/überregional

Punktspiele im CzV

Ca. 10 Turniere p.a.

## Förderstufe 2A

2 x wöchentlich  
Gruppentraining

oder 1x wöchentlich  
2er Training

SMS möglich

Punktspiele für den  
CzV

Repräsentieren des  
CzV regional

5-7 Turniere p.a.

## Förderstufe 2

Wöchentlich 60 Min  
Gruppentraining

Mitglieder

Breitensport

Punktspiele im CzV

3-5 Turniere p.a.  
regional



## Welche Ziele verfolgen wir mit dem Förderkonzept?

- 1. Mannschaften der A-, B- und C-Jugend in höchster Spielklasse (Bezirksligen)
- 2. und 3. Mannschaften mit Tennisbegeisterten Jugendlichen in ‚CzV-Teams‘ (Regionsligen und ,-klassen)
- Qualifikation der 1. Mannschaften zu den Gottfried von Cramm Spielen (beste 4 Team im TNB)
- Integration der Jugendlichen ab B-Junioren/Juniorinnen in die Erwachsenen Mannschaften
- 1. und 2. Mannschaften der Damen und Herren in 6er Mannschaften (min. Oberliga)
- 3., 4. und 5. Mannschaften für alle Jugendlichen zum Heranführen an die Aktiven (Damen und Herren-Mannschaften)
- Bis 2030 50% eigene SpielerInnen in 1. und 2. Mannschaften
- Identifikation mit dem CzV (Stichwort Mitgliedschaft)
- Beste Tennisadresse für Leistungssport in Norddeutschland





## Was bedeutet Leistungstennis für den Club?

- Wir wollen Leistungsträger **langfristig** an unseren Club binden
- Unsere Leistungsmannschaften sind ein **Vorbild** für unsere Mitglieder und ein Aushängeschild für unseren Club
- Wir können auf der Anlage **hochattraktive Tennismatches** bieten, die interessierte Zuschauer anlocken
- Wir sind **überregional** sichtbar
- Erfolgreiche Leistungsmannschaften fördern die **Attraktivität** des Gesamtclubs
- Es gibt eine **Identifikation** unserer Mitglieder, insbesondere der Jugendlichen, mit den Spielern der 1. und 2. Mannschaften



## Welche Erwartungen hat der CzV?

- Identifikation mit dem CzV (vieles kann, nichts muss)
- Wer gefördert wird, soll für den CzV spielen, Jugend wie Aktive.
- 100% Einsatz im Training
- Pünktlichkeit
- Respektvolles Miteinander
- Faires Spielen und fairer Umgang miteinander und mit Dritten / Gegnern.
- Vernünftiges Benehmen auf dem Platz





## Angebote für Leistungs- und Breitensport-Tennisspieler

- **Mannschaftspunktspiele**
- **Durchführung von LK-Turnieren**
- **Ausrichtung eines „Orange & Green Cups“ für jüngere Kinder**
- **Ausrichtung von Jugend-Ranglistenturnieren**
- **Überregionales Preisgeld-Turnier**
- **Angebot einer Spielrunde für Jugendliche CzV Cup**
- **Offenes Trainingsangebot für Jugendliche**
- **Offenes Trainingsangebot für Erwachsene**
- **Spaß-Turniere jeweils zum Beginn und Ende einer Saison**
- **Zum Zuschauen: Austragung des „European Summer Cups“, einer Qualifikationsrunde für die Europameisterschaft der Jugendlichen einer bestimmten Altersklasse**
- **Einsatz von Profi Spielern bei unseren 1. Damen und 1. Herren**



## Woran wir arbeiten ... und was wir umgesetzt haben!

- Einen zweiten Termin für tennisspezifisches Athletiktraining im CzV (aktuell Mittwochs 18:00 Uhr)  
-> Anfrage ist gestellt.
- Budget / Sponsor zur kompletten Ausstattung aller Kaderspieler (Ausnahme 1. Herren / 1. Damen)
- Halbjährlicher Leistungsnachweis (Jahresende und Jahresmitte) der Jugendlichen nach DTB Rangliste, LK Entwicklung und Matchbilanz
- Entsprechende Einteilung in Stufe 1A, 1, 2A, 2 (jeweils zur Sommer- und Wintersaison)
- Trainingsblöcke nach Altersstufen und Leistungsstärke
- Workshops / Lehrgänge für die Jüngsten / Ernährungskurs
- Offenes Jugendtraining
- LK Jugendturnier (xmas Cup) / CzV Jugendcup (hoffen wir auf besseres Wetter als 2024!)

### **Preisgestaltung gefördertes Training pro Halbjahr:**

Stufe 1A € 300,- / Stufe 1 € 250,- / Stufe 2A € 200,- / Stufe 2 € 150,-



## Zusätzliche Club-Angebote

### Athletik- training

- Für alle Athleten des Jüngsten-Kaders sowie der Förderungsstufe IA und I
- Koordination, Kraftschnelligkeit, Aktionsschnelligkeit, Reaktionsschnelligkeit sollen auf ein hohes Niveau gebracht werden
- Ausdauer und Beweglichkeit sollen gefördert werden
- Fitness ist Gesundheits- und Verletzungsprophylaxe

### Ernährung

- Ausgewogene Ernährung ist eines der Erfolgsrezepte, um während eines Matches ggf. über mehrere Stunden topfit zu bleiben. Entscheidend ist die Ernährung vor, während und nach dem Match.
- Ein individuell ausgerichteter Ernährungsplan kann auf Anfrage ausgearbeitet werden
- Ernährungsvortrag Ende Oktober 2024



## Zusätzliche Club-Angebote

### Spielrunden Jugend Cup

- In der Spielrunde lernen die Kinder miteinander und gegeneinander zu spielen.
  - Alle Kinder, die Trainerstunden wahrnehmen, dürfen an den Spielrunden teilnehmen
  - Die Spielrunde ist ein wichtiger Schritt in Richtung Wettkampftennis.
  - Die Kinder erfahren das regelgerechte Verhalten in einem Wettkampf um Punkte.
  - Die Spielrunde ist ebenfalls gut geeignet, um „Quereinsteiger“ zu integrieren.
  - Die Spielrunden finden im Sommer und im Winter jeweils als offenes Training einmal wöchentlich statt.
- Für Erwachsene wird ein offenes Training zurzeit immer Dienstagabend angeboten.
- Unsere Erwachsenen spielen sowohl im Sommer als auch im Winter in Mannschaften.

### Camps

- Unterjährig werden an Wochenenden und während der Ferien Camps für alle Kinder und Jugendlichen angeboten
- Teilweise bieten unsere Trainer Intensiv-Trainings-Camps an Wochenenden an

### Turniere

- Wir erarbeiten für unsere Jugendlichen einen Turnierkalender. Sprecht uns an bei Interesse. (LK-, J Turniere)
- Wir sind Veranstalter von Jugend-Turnieren der Altersklassen orange / green sowie eines J Turniers unterschiedlicher Altersklassen.
- Wir veranstalten überregionale Turniere sowohl als Preisgeld-Turnier als auch als LK-Turnier
- Wir sind für Tennis Europe Ausrichter einer Qualifikationsrunde zur Weltmeisterschaft im Jugendbereich



# Altersgemäße Entwicklungsstufen und Trainingsinhalte

<b>Alter</b>	<b>Entwicklungsstufe</b>	<b>Inhalte des Tennistrainings</b>
5 bis 7 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stabilisierung vorhandener motorischer und koordinativer Fähigkeiten</li> <li>• Aneignung neuer motorischer und koordinativer Fähigkeiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielerische Übungen zu allgemeiner Motorik und Koordination</li> <li>• Erlernen der wesentlichen Grundschnitte in Feinform</li> <li>• Kleine spielerische Wettkämpfe</li> </ul>
7 bis 8 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorik und Koordination wie oben</li> <li>• Langsame Spezifizierung von Motorik und Koordination in Richtung Tennis</li> <li>• Erste kleine konditionelle Grundlagen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielerische Übungen zu allgemeiner Motorik und Koordination; teilweise bereits etwas tennisgezielter</li> <li>• Stabilisierung des bereits erarbeiteten Schlagspektrums</li> <li>• Erweiterung des Schlagrepertoires</li> <li>• Kleine konditionelle Reize</li> </ul>
9 bis 12 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefestigte Motorik und Koordination</li> <li>• Aufbau einer allgemeinen Kondition</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Komplettierung des Schlagrepertoires</li> <li>• Erarbeiten der Feinform des Schlagspektrums</li> <li>• Allgemeines Konditionstraining</li> <li>• Einführung erster taktischer Elemente bei Spiel-/Wettkampfformen</li> <li>• Beginn mit wettkampforientiertem Training</li> </ul>
Ab 13 Jahre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spezialisierung der tennisspezifischen Motorik, Koordination und Kondition</li> <li>• Allgemeiner Kraftaufbau</li> <li>• Tennisspezifischer Kraftaufbau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfektionierung des Schlagrepertoires, auch unter tennisspezifischen Konditions- und Kraftbedingungen</li> <li>• Integration von Kraftelementen ins Tennistraining</li> <li>• Spezielles Taktik- und Wettkampftraining</li> </ul>



Wer kennt wen... ?



Max Alcala Gurri		Justin Engel	
RANKING	BEST RANK	BEST RANK	RANKING
451 (19-09-20)	449 (19-09-20)	516 (10-09-20)	529 (12-09-20)
TITLES	GRAND SLAMS	GRAND SLAMS	TITLES
3	0	0	4
	MASTERS	MASTERS	
	0	0	
	OTHERS	OTHERS	
	3	4	
Recent Form		Recent Form	
●●●●●●●●		●●●●●●●●	

	4-6 6-3 6-4			
R. Nadal				D. Ajdukovic
	1st	2nd	3rd	
	Nadal	Ajdukovic	Nadal	Ajdukovic
	4-6	6-3	6-4	

