

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 Jugend-Mannschaften 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**



Bambini Academy U3 bis U4
1-2x wöchentlich

Tennis Kindergarten U5 / U6
1-2x wöchentlich

Turnierkader ab U7

- 2x wöchentlich kleinere Gruppen
- Kooperation Region TNB
- - red / orange / green Cup Serie
- Punktspiele

= Ziel Förderstufe 1A / 1 der Jugend

Ambitionierter Breitensport ab U7

„Jüngstenkader“

- 2x wöchentlich größere Gruppen
- - Punktspiele und vereinzelt Turniere

= Ziel Förderstufe 1 oder 2A

Breitensport ab U7

- 1x 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
- Quali Verbandsmeisterschaften
- Mitglied im CzV
- Repräsentieren des CzV regional und überregional
- Punktspiele im CzV
- Ca 15 Turniere p.a.

Förderstufe 1

- 2-3 wöchentl. Training
- Athletik verpflichtend
- Regionsmeisterschaften
- DTB-Rangliste
- Mitglied im CzV
- Repräsentieren des CzV regional und überregional
- Punktspiele im CzV
- Ca 10 Turniere p.a.

Förderstufe 2A

- 2x wöchentlich Gruppentraining oder 1x wöchentlich 2er Training
- SMS möglich
- Punktspiele für den CzV
- Repräsentieren des CzV regional
- Ca. 5-7 Turniere p.a.

Förderstufe 2

- Wöchentlich 60 Min Gruppentraining
- Mitglieder Breitensport
- Punktspiele im CzV
- Ca. 3-5 Turniere p.a. regional



Förderstufen Jugendtraining im CzV 2026

	Stufe 1A	Stufe 1	Stufe 2 A	Stufe 2
	4x wöchentlich Jugend /Erw.	3x wöchentlich Jugend / Erw.	2x wöchentlich Gruppe	1x wöchentlich 60 Min / Gruppe
	individuelle Planung Training / Turniere			
Training / Planung	keine Unterscheidung zwischen SMS oder Familienmitgliedschaft			
Athletik	Athletik verpflichtend €150,- / Saison	Athletik verpflichtend €150,- / Saison	Athletik optional €150,- je Saison	Athletik optional €150,- je Saison
	DTB Rangliste top 75 im Jahrgang	DTB Rangliste im Jahrgang		
Ranking	Grundlage Jahresendranking			
	min. 15 Turniere p.a.	Min 10-12 Turniere p.a.	Min. 3-5 Turniere p.a.	
	Erfahrung TE oder ITF			
Turniere	quali: Landesmeisterschaften	quali Regionsmeisterschaften	quali Regionsmeisterschaften	
Punktspiele	Punktspiele Jugend + Erw.	Punktspiele Jugend + Erw.	Punktspiele Jugend + Erw.	Punktspiele Jugend + Erw.
Kosten	€ 300,- pro Halbjahr	€ 250,- pro Halbjahr	€ 200,- pro Halbjahr	€ 150,- pro Halbjahr



Verantwortlichkeiten der Trainer:

	Stufe 1A	Stufe 1	Stufe 2 A	Stufe 2
1. Damen / 1. Herren	Lars Graubohm			
2. Damen / 2. Herren				
3. Herren			Michael Henning	Christian Braun
3. Damen			Christian Braun / Maxim Triller	
4. Damen				
4. Herren				
5. Herren				
B Jugend / C Jugend Stufe 1a und 1	Michael Henning			
B Jugend / C Jugend Stufe 2a und 2			Christian Braun / Maxim Triller	
Jüngstenförderung U7 bis U10			Hassan Al Robaie	
Breitensport Jüngste			Maxim Triller	
Bambini und Tenniskindergarten				Kurt Sammet



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
- Erste und zweite Mannschaften der Damen und Herren in 6er Mannschaften (min. Oberliga)
- Dritte, Vierte und fünfte 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 (viele 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 Europa-meisterschaft 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 18h) Anfrage ist gestellt.
- Ein 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

Alter	Entwicklungsstufe	Inhalte des Tennistrainings
5 bis 7 Jahre	• Stabilisierung vorhandener motorischer und koordinativer Fähigkeiten • Aneignung neuer motorischer und koordinativer Fähigkeiten	• Spielerische Übungen zu allgemeiner Motorik und Koordination • Erlernen der wesentlichen Grundschnitte in Feinform • Kleine spielerische Wettkämpfe
7 bis 8 Jahre	• Motorik und Koordination wie oben • Langsame Spezifizierung von Motorik und Koordination in Richtung Tennis • Erste kleine konditionelle Grundlagen	• Spielerische Übungen zu allgemeiner Motorik und Koordination; teilweise bereits etwas tennisgezielter • Stabilisierung des bereits erarbeiteten Schlagspektrums • Erweiterung des Schlagrepertoires • Kleine konditionelle Reize
9 bis 12 Jahre	• Gefestigte Motorik und Koordination • Aufbau einer allgemeinen Kondition	• Komplettierung des Schlagrepertoires • Erarbeiten der Feinform des Schlagspektrums • Allgemeines Konditionstraining • Einführung erster taktischer Elemente bei Spiel-/Wettkampfformen • Beginn mit wettkampforientiertem Training
Ab 13 Jahre	• Spezialisierung der tennisspezifischen Motorik, Koordination und Kondition • Allgemeiner Kraftaufbau • Tennisspezifischer Kraftaufbau	• Perfektionierung des Schlagrepertoires, auch unter tennisspezifischen Konditions- und Kraftbedingungen • Integration von Kraftelementen ins Tennistraining • Spezielles Taktik- und Wettkampftraining