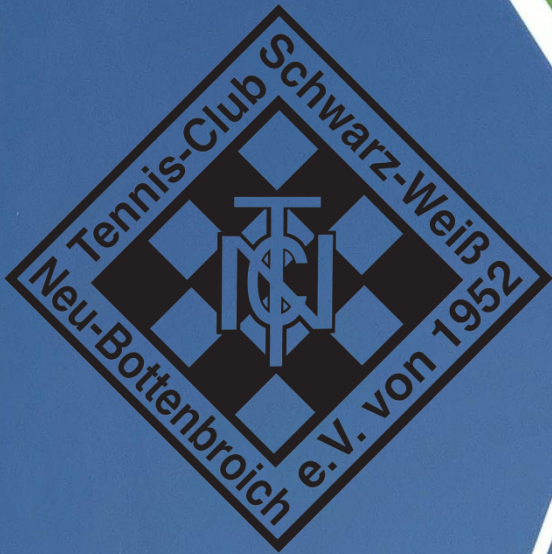


Winter 2025/2026



Tennis



**RACKET
LAB** TENNIS & PADEL

Kids – Tennis

Übersicht

Beim Handball bekommen Anfänger eigene, kleinere Bälle. Beim Fußball eigene, kleinere Felder. Beim Hockey eigene, kleinere Schläger.

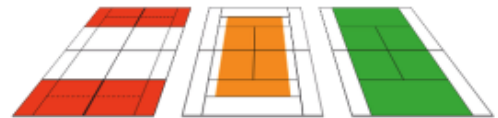
Und beim Tennis? Alles zusammen!

Wir geben Euch hier auf den Seiten einen Überblick, wie der Weg bis zum großen Platz aussieht.

Kids-Tennis richtet sich an alle Kinder im Alter von 6 bis ca. 11 Jahre. Das Programm konzentriert sich darauf, mehr Kinder dieser Altersgruppe für den Tennissport zu begeistern und jüngeren Spielern bessere Entwicklungschancen zu bieten.

Das bestmögliche Umfeld schaffen:

- mit einem Platz in geeigneter Größe,
- mit langsameren Bällen und,
- mit kürzeren Schlägern.



Kinder, die gleich mit dem gelben Ball spielen, machen oft nicht weiter. Der gelbe Ball springt hoch über ihren Kopf, die Ballwechsel sind kurz, und sie verbringen die meiste Zeit damit, Bälle zu sammeln – dadurch verlieren sie schnell das Interesse. Einfache Spiele & Übungen hingegen sorgen für Motivation.

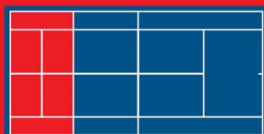
ALTER: 4 - 7

BALLKIDS



ALTER: 6 - 9

STUFE ROT



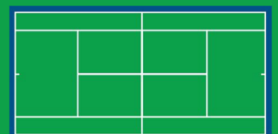
ALTER: 8 - 11

STUFE ORANGE



ALTER: 9+

STUFE GRÜN



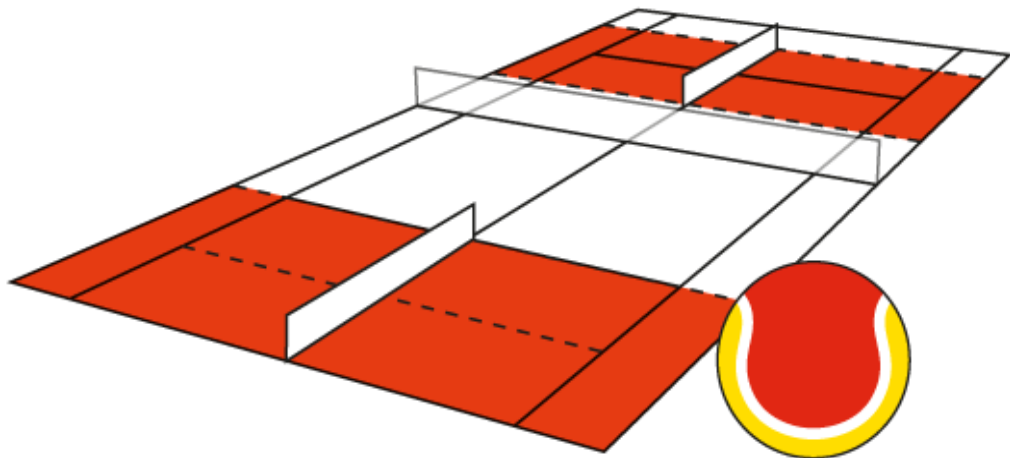
Rot & Team-Rot



Stufe ROT – Minicourt (6-9 Jahre)

Kleinfeld: 11m x 5,5-6m | Rote Bälle (Stage 3): 75%
druckreduziert | Schlägerlänge: 43-58 cm | Gruppe: 4-8

Ganz nach dem Motto “Spielend Tennis lernen” geht es in der Lernstufe Rot vor allem darum, den Anfängern eine schnelle Spielfähigkeit zu vermitteln. Denn Tennis macht Spaß, wenn man den Ball selbst ins Spiel bringen, mit einem Partner hin und her spielen und bald auch um Punkte kämpfen kann. Die Laufwege im Kleinfeld sind noch relativ kurz, die Techniken werden möglichst einfach gehalten und der Fokus liegt auf der Hauptaktion und den wichtigsten Hilfsaktionen der Schläge.



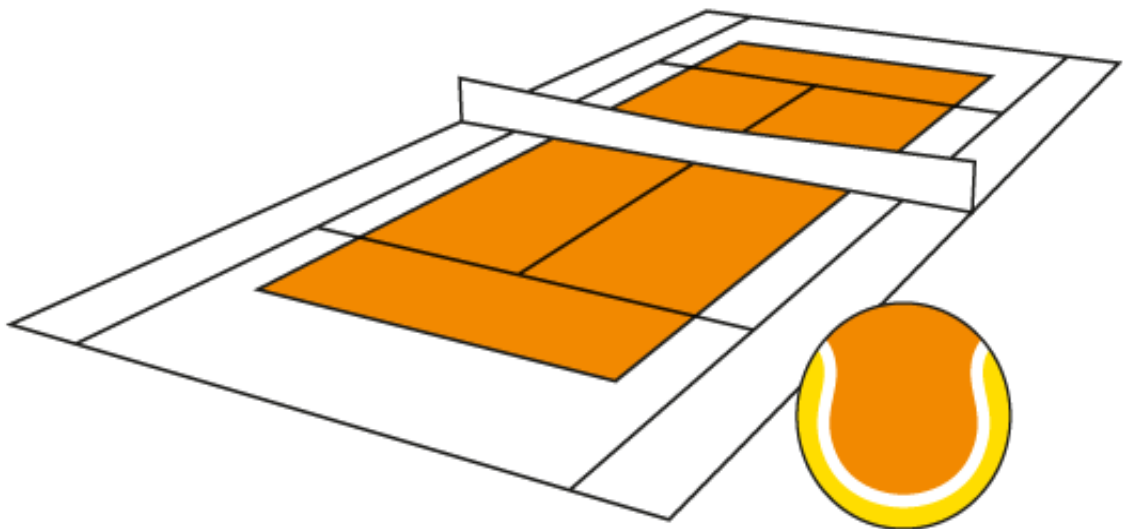
Orange & Team-Orange



Stufe Orange – Midcourt (8-11 Jahre)

Midcourt: 18m x 6,40m | orangene Bälle (Stage 2): 50% druckreduziert | Schlägerlänge: 58-66 cm | Gruppe: 4-6

Im Vergleich zum Kleinfeldtennis der Stufe Rot ist das Spiel im Midcourt schon deutlich dynamischer und intensiver. Die Laufwege werden größer und neben dem Grundlinienspiel soll das Netzspiel verbessert und im Match angewendet werden. Die Schlagtechniken werden komplexer und der Fokus liegt auf den Hilfsaktionen der Schläge. Im Vordergrund steht aber immer der spielerische Ansatz. Das heißt, die Lernziele sind sehr matchnah angelegt und die Kinder sollen lernen, unterschiedliche Spielsituationen zu meistern.



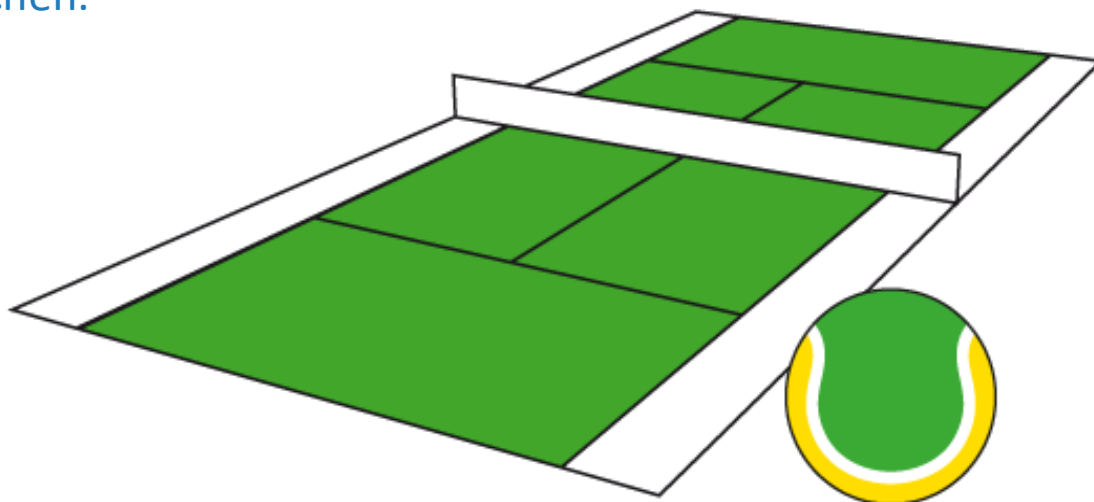
Grün & Team-Grün



Stufe Grün – Ganzplatz (9-11 Jahre)

Großfeld: 23,77m x 8,23m | grüne Bälle (Stage 1): 25% druckreduziert | Schlägerlänge: 63-68 cm | Gruppe: 4-6

Um auf dem normal großen Platz mit dem grünen Ball erfolgreich agieren zu können, müssen die Kinder bereits über eine gute Körperbeherrschung und ein ordentliches technisches Spielniveau verfügen. Der Fokus liegt auf der Verfeinerung der erlernten Techniken und dem Erwerb neuer, komplexer Schlagtechniken und deren taktischen Anwendung in unterschiedlichsten Spielsituationen. Die Kinder sollten in der Lage sein, ihr Spiel sowohl von der Grundlinie aufzubauen als auch bei geeigneter Situation den Angriff ans Netz zu suchen.



Gelb (11 bis 17 Jahre)

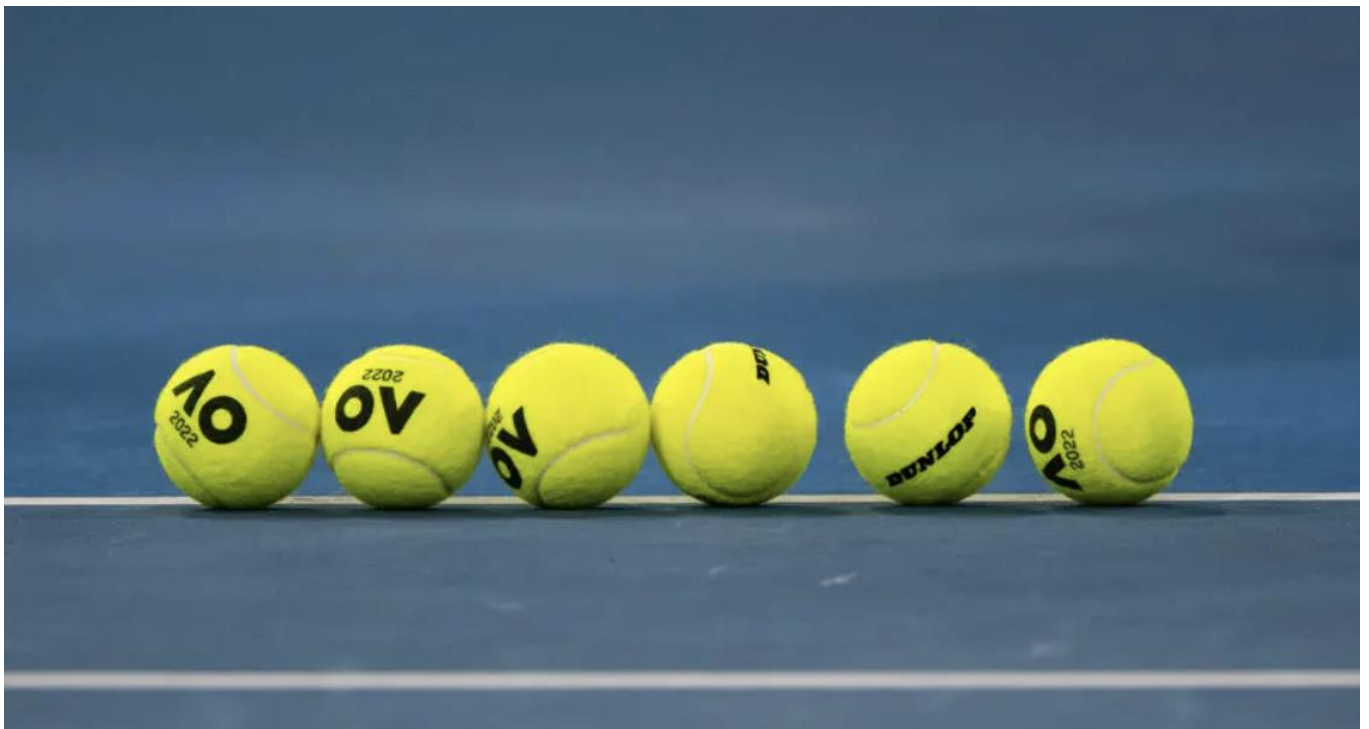
Stufe Gelb – Ganzplatz (ab ca. 11 Jahre)

Großfeld: 23,77m x 8,23m | gelbe Bälle | 27“ Schläger |
Gruppe: 4-6

Im Programm GELB spielen alle unsere Jugendlichen ab ca. 11 Jahren, die nicht in Mannschaften spielen.

Wir arbeiten an deiner Tennistechnik und der Tennistaktik und der Spaß steht im Vordergrund.

Wir trainieren in der gelben Stufe in einer homogenen Gruppe mit 4 bis 6 Kindern, betreut von einem Trainer.



Mannschafts- & Hobbytraining Erwachsene

Vom Anfänger und Hobbyspieler bis zum erfahrenen Spieler.

- Erwachsene Mitglieder ab 18 Jahre
- Mannschaften des Vereins ab Herren 30 / Damen 30 und älter.
- Feste bestehende Trainingsgruppen, die sich bereits gefunden haben.

Die Einheiten dauern 60 Minuten oder 90 Minuten (nach verfügbarer Kapazität). Nach Trainerverfügbarkeit auch vormittags.

Feiertage werden nicht berechnet, hier ruht das Training ebenso wie in den Schulferien.

- Beiträge siehe Gesamtübersicht aller Programme.
- Bei 90 Minuten Einheiten wird der Beitrag mit 1,5 multipliziert.
- Für jede Trainingsteilnahme ist eine Mitgliedschaft im Verein notwendig.



Trainingsbeiträge Winter 2025/2026

Monatsbeitrag*

Trainingsbeiträge Winter 20245
06.10.2025 bis 30.04.2026

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Gruppe	Alter	22 Termine	22 Termine	24 Termine	23 Termine	22 Termine	21 Termine
Rot	6-9	39,29 €	39,29 €	42,86 €	41,07 €	39,29 €	37,50 €
Orange	8-11	47,14 €	47,14 €	51,43 €	49,29 €	47,14 €	45,00 €
Grün	9-11	47,14 €	47,14 €	51,43 €	49,29 €	47,14 €	45,00 €
Gelb	U12, U15, U18	47,14 €	47,14 €	51,43 €	49,29 €	47,14 €	45,00 €
Erwachsene Team/Hobby	4er	47,14 €	47,14 €	51,43 €	49,29 €	47,14 €	45,00 €
Erwachsene Team/Hobby	3er	59,71 €	59,71 €	65,14 €	62,43 €	59,71 €	57,00 €
Erwachsene Team/Hobby	2er	88,00 €	88,00 €	96,00 €	92,00 €	88,00 €	84,00 €
Ab Orange	5er	37,71 €	37,71 €	41,14 €	39,43 €	37,71 €	36,00 €
Ab Orange	6er	31,43 €	31,43 €	34,29 €	32,86 €	31,43 €	30,00 €

1) Beitrag für 60 Minuten-Einheit, bei 90 Minuten Einheit wird der Beitrag mit 1,5 multipliziert.

Hallenkosten**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag		Samstag
Einheiten	29	29	31	30	29	Einheiten	28
7 bis 12	551,00 €	551,00 €	589,00 €	570,00 €	551,00 €	7 bis 10	532,00 €
12 bis 16	696,00 €	696,00 €	744,00 €	720,00 €	696,00 €	10 bis 17	658,00 €
16 bis 21	855,50 €	855,50 €	914,50 €	885,00 €	855,50 €	17 bis 20	532,00 €
21 bis 24	667,00 €	667,00 €	713,00 €	690,00 €	667,00 €		

*Preise gelten ab 4er Gruppe. Bei weniger Teilnehmern erhöht sich der Anteil entsprechend.

**Geteilt durch die Anzahl der Teilnehmer.
Änderungen vorbehalten.



Trainingskalender

Winter 2025/2026

Start: 06.10.2025

2025/2026	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Wochen	22 Termine	22 Termine	24 Termine	23 Termine	22 Termine	21 Termine
KW40			01.10.25	02.10.25	03.10.25	04.10.25
KW41	06. Okt	07. Okt	08. Okt	09. Okt	10. Okt	11. Okt
KW42	13. Okt	14. Okt	15. Okt	16. Okt	17. Okt	18. Okt
KW43	20. Okt	21. Okt	22. Okt	23. Okt	24. Okt	25. Okt
KW44	27. Okt	28. Okt	29. Okt	30. Okt	31. Okt	01. Nov
KW45	03. Nov	04. Nov	05. Nov	06. Nov	07. Nov	08. Nov
KW46	10. Nov	11. Nov	12. Nov	13. Nov	14. Nov	15. Nov
KW47	17. Nov	18. Nov	19. Nov	20. Nov	21. Nov	22. Nov
KW48	24. Nov	25. Nov	26. Nov	27. Nov	28. Nov	29. Nov
KW49	01. Dez	02. Dez	03. Dez	04. Dez	05. Dez	06. Dez
KW50	08. Dez	09. Dez	10. Dez	11. Dez	12. Dez	13. Dez
KW51	15. Dez	16. Dez	17. Dez	18. Dez	19. Dez	20. Dez
KW52	22. Dez	23. Dez	24. Dez	25. Dez	26. Dez	27. Dez
KW1	29. Dez	30. Dez	31. Dez	01. Jan	02. Jan	03. Jan
KW2	05. Jan	06. Jan	07. Jan	08. Jan	09. Jan	10. Jan
KW3	12. Jan	13. Jan	14. Jan	15. Jan	16. Jan	17. Jan
KW4	19. Jan	20. Jan	21. Jan	22. Jan	23. Jan	24. Jan
KW5	26. Jan	27. Jan	28. Jan	29. Jan	30. Jan	31. Jan
KW6	02. Feb	03. Feb	04. Feb	05. Feb	06. Feb	07. Feb
KW7	09. Feb	10. Feb	11. Feb	12. Feb	13. Feb	14. Feb
KW8	16. Feb	17. Feb	18. Feb	19. Feb	20. Feb	21. Feb
KW9	23. Feb	24. Feb	25. Feb	26. Feb	27. Feb	28. Feb
KW10	02. Mär	03. Mär	04. Mär	05. Mär	06. Mär	07. Mär
KW11	09. Mär	10. Mär	11. Mär	12. Mär	13. Mär	14. Mär
KW12	16. Mär	17. Mär	18. Mär	19. Mär	20. Mär	21. Mär
KW13	23. Mär	24. Mär	25. Mär	26. Mär	27. Mär	28. Mär
KW14	30. Mär	31. Mär	01. Apr	02. Apr	03. Apr	04. Apr
KW15	06. Apr	07. Apr	08. Apr	09. Apr	10. Apr	11. Apr
KW16	13. Apr	14. Apr	15. Apr	16. Apr	17. Apr	18. Apr
KW17	20. Apr	21. Apr	22. Apr	23. Apr	24. Apr	25. Apr
KW18	27. Apr	28. Apr	29. Apr	30. Apr		

Rot = kein Training wegen Feiertag

Grün = kein Training wegen Schulferien

Orange = kein Platz wegen Turnier

Anderungen vorbehalten

Informationen

Daten

- Trainingsbeginn 06.10.2025 (Geplant)
- Trainingsende 30.04.2026 (Geplant)
- Anmeldeschluss 06.09.2025, Nachmeldungen sind nur möglich, wenn Plätze frei sind.

Anmeldung

- Anmeldeverfahren: Nur Online unter www.racketlab.de
- Die Anmeldung begründet keinen Anspruch auf einen Trainingsplatz oder eine bestimmte Trainingszeit.

Information & Mitteilung der Trainingszeiten

- Alle Teilnehmer erhalten nach Fertigstellung des Trainingsplans eine automatisierte Email mit allen ihren Trainingszeiten.
- Die Benachrichtigung ist für ab dem 13.09.25 vorgesehen.

Beiträge und Zahlung

- Bei allen Beiträgen ist die Anzahl der Wochen je Wochentag bereits berücksichtigt.
- Bankeinzug erfolgt monatlich, auf Wunsch Gesamtrechnung.
- Rücklastschriften werden mit 10,00 EUR Gebühr berechnet.
- Bei späterem Einstieg in das Training erfolgt nur eine anteilige Berechnung.

Berechnung

- Bei vorzeitigem Austritt aus dem Training (egal aus welchem Grund) oder Nichterscheinen wird der volle Beitrag berechnet bzw. kein anteiliger Beitrag erstattet.

Wintertraining

- Für das Wintertraining ist eine erneute Anmeldung erforderlich. Zu den Trainingsgebühren kommen im Winter noch die entsprechenden Hallengebühren. Diese werden auf die Teilnehmer umgelegt und im Oktober in Rechnung gestellt.

Rückfragen

- Unter training@racketlab.de

Einzeltraining Camps & Workshops

Einzeltraining

- Im Einzeltraining (1 Person) hast Du die Wahl der Unterrichtszeiten und genießt eine effiziente, individuelle Betreuung. Persönliche Ziele können damit am besten erreicht werden. Unterrichtet werden alle - vom Einsteiger bis zum Wettkampfspieler.
- Die Trainingszeiten sind direkt mit dem jeweiligen Trainer abzustimmen.
- Die Vergütung erfolgt auf Rechnungsstellung

Tenniscamps für Jugendliche und Erwachsene

- Wir bieten in den Ferien verschiedene Tenniscamps und Aktivitäten an:
 - OsterCamp
 - SommerCamp
 - HerbstCamp
- Die Camps stehen allen Mitgliedern und bei freien Plätzen auch Gästen offen.
- Die Anmeldung erfolgt separat online zum jeweiligen Camp.

Workshops

- In regelmäßigen Abständen finden zu einzelnen Themen spezielle Workshops statt.

