



Tennis Organisatie Velsen is dé tennisschool in de regio Velsen en staat onder leiding van John Biersteker en Monique van der Voort. T.O.V. verzorgt de lessen en wedstrijd trainingen van LTC Brederode, LTC Hofgeest en TV Pim Mulier. Ook spelers van andere verenigingen hebben de mogelijkheid in te schrijven voor onze prestatie gerichte trainingen. Met ingang van 1 oktober wordt er gestart met het nieuwe winterseizoen.

De tennisschool heeft veel categorie 2 en 3 spelers, district kampioenen, Masters en zelfs nationaal kampioenen voortgebracht. Speciaal voor de wedstrijdgerichte jeugd heeft T.O.V. een uitgebalanceerd trainingsprogramma opgesteld, daarnaast heeft T.O.V. voor categorie 2,3,4, en 5 spelers (sters) (vanaf 15 jaar) de senioren selectie trainingen in het leven geroepen.

Zowel individuele spelers als complete selecties van de verenigingen maken gebruik van deze trainingen om zich voor te bereiden op de competitie en het toernooien circuit.

De trainingen worden gegeven in Tenniscentrum Velsersbroek aan de Rijksweg in Velsersbroek. Schrijf snel in want wij werken op volgorde van binnenkomst .

Aan de hand van de inschrijvingen wordt door T.O.V. een definitieve indeling gemaakt op basis van niveau. Hiervoor is het van belang dat een ieder zoveel mogelijk trainingstijden aangeeft waarop hij of zij beschikbaar is.

Tennis Organisatie Velsen, Kerkerinklaan 62,
2071 RM, Santpoort. 023-5370222
info@tennisvelsen.nl www.tennisvelsen.nl

TRAININGSVORMEN

Alle modules bestaan uit negentien lesweken en worden afgesloten met een toernooi, waarbij iedereen minimaal twee enkelspelwedstrijden speelt. De trainingen duren één of anderhalf lesuur per keer. De trainingen zijn opgebouwd uit een warming up, gericht inspelen, specifiek trainingsdeel met aandacht voor de individuele speler en zijn of haar speelstijl. Tevens zal er veel aandacht besteed worden aan het conditionele aspect. Elke training wordt afgesloten met het spelen van punten of wedstrijd situaties.

De mogelijkheden zijn als volgt in modules te verdelen:

Module A: **negen spelers op twee banen**
50 minuten groepstraining + 10 minuten vrijspelen

Module B: **negen spelers op twee banen**
75 minuten groepstraining + 15 minuten vrijspelen

In deze modules kan de speler (ster) leren omgaan met verschillende speltypes. Het nabootsen van spelsituaties zal hier centraal staan.

Module C + D: **25 minuten privé training**

In deze module wordt de technische uitvoering van slagen en voetenwerk geperfectioneerd. Tevens gaan wij hier in op de individuele speltactieken voor de betreffende speler.

De kosten:

Module A:	19 weken	9	60	€ 235,00
Module B:	19 weken	9	90	€ 347,50
Module C:	19 weken	1	25	€ 587,50
Module D:	5 weken	1	25	€ 180,00

Op een tweede, derde enzovoorts training ontvang je € 10,00 korting.

Indien een speler (ster) door een vereniging bij T.O.V. wordt ondergebracht staat het de vereniging natuurlijk vrij om op bovengenoemde bedragen al dan niet een subsidie te verlenen. Genoemde bedragen zijn exclusief € 2,50 administratiekosten.

INSCHRIJFFORMULIER

Tennis Organisatie Velsen

Selectie training

Voor naam: m / v

Achter naam:

Adres:

Postcode: Plaats:

Tel: Speelsterkte /

GSM: 06 -

E-mail:

Ik speel bij tennisvereniging

Ik ga akkoord met het lesreglement en schrijf mij in voor :

___ maal module ___ ___ maal module ___

___ maal module ___ ___ maal module ___

Ik ben beschikbaar op de volgende trainingstijden:

Maandag		16.00 - 19.00
Dinsdag		16.00 - 19.00
Woensdag	13.00 - 16.00	16.00 - 19.00
Donderdag		16.00 - 19.00
Vrijdag	13.00 - 16.00	16.00 - 19.00
Zaterdag		9.00 - 18.00

Omcirkelen wat van toepassing is. Eventueel met voorkeurnummers.

Datum: ... / ... / 2010

Handtekening ouder:

