



TENNIS AKADEMIE
Rhein-Neckar

... mit System zum Erfolg!

Tennis

für Kinder & Jugendliche

Termine/Preise
Camps & Training
Sichtungen & Workshops





Die Tennisakademie Rhein-Neckar heißt lernfreudige und leistungswillige Kinder und Jugendliche herzlich willkommen. Euch wollen wir durch gut strukturierte Programme und qualifizierte Trainer dabei unterstützen, Eure individuellen Ziele im Tennissport zu erreichen. Unser Ziel ist es, Euch zu „guten Sportlern“ auszubilden!

Ein guter Sportler zu sein ist ein lebensbegleitendes Merkmal eines Menschen und kennzeichnet seine Einstellung zu anderen, zum Prinzip Leistung und Wettbewerb sowie zur Eigenverantwortlichkeit. Junge Menschen dahingehend zu beeinflussen, mit ihrer Gesundheit, ihrem Leistungspotenzial und ihrem gesellschaftlichen Umfeld verantwortungsbewusst umzugehen, ist eine großartige Aufgabe!

Diese Aufgabe erfolgreich zu gestalten bedarf eines Systems, das in langjähriger gemeinsamer Arbeit mit zahlreichen Schülern und dem Trainerteam der Tennisakademie Rhein-Neckar entwickelt wurde und nachhaltig fortentwickelt wird.

Wir wünschen unseren jugendlichen und erwachsenen Sportlern, dass sie Gespür für realistische Ziele entwickeln und beim disziplinierten Streben nach deren Erreichung viel Freude erleben dürfen.

Euer

Dr. Matthias Zimmermann



Erfolg ist das Resultat klarer Zielsetzungen, transparenter Planung, effizienter Trainings- und Wettkampfarbeit sowie aussagekräftiger Analysen und Leistungsbewertungen. Dieses Know-how setzen wir leidenschaftlich in allen Bereichen um.

Im talentino-Teamtraining richten wir uns konsequent an die Empfehlungen der ITF und des DTB. Unsere Jüngsten trainieren mit druckreduzierten Bällen und den „richtigen“ Schlägern im „Mini- und Midcourt“. Dieses Konzept vervollständigen wir mit speziellen Workshops, Camps und Wettkämpfen.

Die Ausbildung im Großfeld findet in unserem FUTURETEAM statt. Dieses Trainingsangebot wird von leistungswilligen und lernfreudigen Jugendlichen wahrgenommen, die ihre sportliche Zukunft im Tennissport sehen. Unsere FUTURETEAM-Spieler haben Visionen und Ziele, die sie mit uns realisieren z.B. die Verbesserung der LK, des Ranglistenplatzes „DTB, TE und ITF“ und nicht zuletzt mit dem Blick auf ein mögliches Universitätsstipendium in den USA.

In diesem Sinne hoffe ich, dass wir zusammen Eure Ziele erreichen, getreu unserem Slogan „... mit System zum Erfolg!“.

Euer

Rolf Staguhn

DTB A-Trainer, staatlich geprüfter Tennislehrer (VDT), PTR-Professional

Rolf ist seit März 2000 Leiter der Tennisakademie Rhein-Neckar im Racket Center Nußloch. Mit seinem Engagement und seinem fundierten Know-how in den Bereichen „Grundlagen- und Hochleistungstraining“ sowie „Freizeit- und Wettkampftennis“ steht der ehemalige Bundesligaspieler und mehrfacher Welt-, Europa- und Deutsche Meister die Akademiegeschäftsfelder „Jugend- und Erwachsenentraining“, „Camps und Projekte“ für hohe Ausbildungsqualität.

	Trainingsprogramme		Saison	Akademie-Preise	Mitglieder TRC e.V.	Info
Grundlagentraining	SICHTUNG Schnuppertraining Kindertennis	Sichtungstraining innerhalb der Kurse der Ballschule Heidelberg	2 Wochenprojekt zwischen Pfingsten und Sommerferien		im Preis der Ballschule enthalten	Das Training kann auch in monatlichen Raten per Lastschrift und entsprechender Einzugsvollmacht bezahlt werden. Sommersaison: 3 Raten Wintersaison: 6 Raten
		Regelmäßig individuelle Sichtungseinheiten zur Integration in die laufenden Kurse	Sommersaison Wintersaison	21,00 EUR pro Stunde	15,00 EUR pro Stunde	
	talentino-Team	Gruppentraining im Mini-, Midi- und Maxifeld, 4-6 Teilnehmer pro Trainer mit druckreduzierten Bällen	Sommersaison 12 Einheiten	180,00 EUR	135,00 EUR	
			Wintersaison 24 Einheiten	360,00 EUR	270,00 EUR	
			Ganzjahres-Abo 1 Einheit pro Woche, 36 Trainingswochen		32,- / Monat (per LA Jan-Dez)	
Ganzjahres-Abo 2 Einheiten pro Woche, 36 Trainingswochen		60,- / Monat (per LA Jan-Dez)				
Leistungsorientiertes Training		BASIC Training in einer 4er Gruppe	Sommersaison 12 Einheiten	180,00 EUR	144,00 EUR	
			Wintersaison 24 Einheiten	360,00 EUR	288,00 EUR	
	FUTURETEAM	PERFORMANCE Training in einer 3er Gruppe	Sommersaison 12 Einheiten	234,00 EUR	192,00 EUR	
			Wintersaison 24 Einheiten	468,00 EUR	384,00 EUR	
		TOP Training in einer 2er Gruppe	Sommersaison 12 Einheiten	312,00 EUR	252,00 EUR	
			Wintersaison 24 Einheiten	624,00 EUR	504,00 EUR	
		PRO Einzeltraining	pro Einheit (60 min)	39,00 EUR zzgl. Platz	39,00 EUR inkl. Platz	
		Probstunden zur Eingliederung in das Kurssystem	Termine und Preise nach Vereinbarung			
	Athletik Koordination & Kondition	konditionell und koordinativ orientiertes Sportlichkeitstraining in der Gruppe	Sommersaison	135,00 EUR	108,00 EUR	
			Wintersaison	270,00 EUR	216,00 EUR	
Individualeinheit		Sommer/Winter	39,00 EUR	39,00 EUR		

Das Training findet an den Schultagen (Baden-Württemberg) statt. In der Sommersaison werden 12 Trainingswochen absolviert. Die Wintersaison wird in die Abschnitte Sept./Okt. bis Dez. (12 Trainingswochen) und Januar bis April (12 Trainingswochen) unterteilt.

Für ein individuelles Trainingsprogramm können die Teamtrainingseinheiten und das Athletiktraining beliebig kombiniert werden.

	Trainingsprogramme		Weitere Informationen	Akademie-Preise	Mitglieder TRC e.V.
Workshops	talentino-Workshop Intensivtraining für Jungen und Mädchen unter 9 Jahren Spielstufe orange und grün	1h Tennistraining und 1h Koordination	In der Wintersaison jeweils Samstags von 10.00 - 12.00 Uhr	30,00 EUR	20,00 EUR
		2h Tennistraining und 1h Kondition	In der Wintersaison jeweils Samstags von 09.00 - 12.00 Uhr	40,00 EUR	30,00 EUR
	FUTURETEAM-Workshop Intensivtraining für Mannschafts- und Wettkampfspieler Junioren/Juniorinnen U12-U16	1h Tennistraining und 1h Koordination	In der Wintersaison jeweils Samstags von 09.00 - 11.00 Uhr	30,00 EUR	20,00 EUR
		2h Tennistraining und 1h Kondition	In der Wintersaison jeweils Samstags von 09.00 - 12.00 Uhr	40,00 EUR	30,00 EUR
Camps in den Schulferien	talentino-Campwoche (5 Tage)	Spielstufe rot, orange und grün nach dem talentino-Konzept	Vormittags von 09.00 - 12.00 Uhr	180,00 EUR	160,00 EUR
	talentino-Camptag			40,00 EUR	35,00 EUR
	BASIC-Campwoche (5 Tage)	Wochencamp ohne Übernachtung für Mannschafts- und Wettkampfspieler ab U10	Training: 09.00 -12.00 & 14.00 - 16.00 Uhr inkl. Mittagessen	320,00 EUR	290,00 EUR
	BASIC-Camptag			70,00 EUR	60,00 EUR
	PRO-Campwoche (5 Tage)		Wochencamp mit Übernachtung und Vollpension von Montag bis Freitag	540,00 EUR	490,00 EUR
	Optional	Anreise 1 Tag vor Campbeginn	(z.B. Sonntag, inkl. Übernachtung, Betreuung, Abendessen, Frühstück)	26,00 EUR	26,00 EUR

Leistungscheck Kondition

Das Spitzentennis hat sich systematisch zu einer athletischen Disziplin entwickelt.

Es gibt heute keine Top Spieler ohne

- optimale Schnellkraft und Explosivkraft für den schnellen Start
- maximales Beschleunigungsvermögen über eine kurze Strecke
- hohe Schnellkraftausdauer und Schlagkraft

Somit ist das (alters- und sportartspezifische) Konditionstraining ein wesentlicher Bestandteil der Ausbildung.

Die Tennisakademie Rhein-Neckar bietet die Möglichkeit, mit standardisierten Tests und entsprechenden technischen Hilfsmitteln die wesentlichen Faktoren Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer zu analysieren. Die Ergebnisse werden mit Werten internationaler Spitzenspieler in den jeweiligen Altersklassen verglichen und beurteilt.

Mit Hilfe dieser Leistungschecks und dem Vergleich zu Gleichaltrigen können Stärken und Schwächen eines Spielers eindeutig erkannt werden. Damit ist eine optimale Voraussetzung geschaffen für ein gezieltes und individuelles Konditionstraining.

Wir empfehlen mehrere Analysen und Tests im Jahr durchzuführen. Alle Ergebnisse werden dokumentiert, um die Entwicklung des Sportlers noch besser verfolgen zu können.

Leistungscheck im Bereich Kondition

Sprintschnelligkeit	mit Hilfe von Lichtschranken	39,00 EUR pro Analyse
Messung der Sprunghöhe und Maximalkraft	u.a. mit Hilfe einer Kontaktmessplatte und standardisierter Tests	
Ausdauer	Schnelligkeitsausdauer / Spezifische Ausdauer	

Organisation: Sondertermine "Leistungscheck",
3 bis 4 Teilnehmer pro Test

Leistungscheck im Bereich Tennistechnik

Erfassen und Auswerten aller Grundschläge	39,00 EUR pro Saison
• auch im Vergleich zu Spitzenspielern • mit Einsatz einer speziellen computergesteuerten Software	

Leistungscheck Tennistechnik



Mithilfe einer speziellen Software werden alle Schläge eines Spielers per Kamera erfasst und können dann aus mehreren Perspektiven – auch per Zeitlupe - auf dem Bildschirm demonstriert und analysiert werden. Darüber hinaus bietet dieses System die Möglichkeit, die

einzelnen Schlagphasen mit denen von aktuellen internationalen Topstars zu vergleichen.

Sportstipendium in den USA



Amerikanische Universitäten vergeben jedes Jahr Sportstipendien an talentierte Nachwuchssportler, die als Gegenleistung die Universität in ihrer Disziplin vertreten. *uniexperts* ist darauf spezialisiert, Sportler auf ein Studium in den USA vorzubereiten und sie entsprechend zu betreuen, um das wertvolle Sportstipendium in Höhe von bis zu 60.000\$ pro Jahr zu ermöglichen.

Speziell für Interessenten aus dem Tennissport veranstaltet die Tennisakademie Rhein-Neckar zur frühzeitigen Orientierung Sichtungungen mit folgendem Ablauf:

Die Mitarbeiter der Firma *uniexperts* geben **grundsätzliche Informationen** über Bedingungen und Chancen eines „Sportstipendiums“.

Es folgt ein **Leistungs- und Qualifikations-Check**, der für Jugendliche ab der 8. Klasse Gymnasium geeignet ist.

- Leistungsanalyse des technischen, taktischen und mentalen Spielverhaltens durch das Trainerteam der Tennisakademie Rhein-Neckar und *uniexperts*,
- Trainingseinheit mit Hinweisen zur Sprachsicherheit, Darlegung der Gründe und Erwartungen in Bezug auf ein Studium in den USA,
- Vorlage der Zeugnisse der letzten zwei Jahre,
- Ausfüllen eines speziellen Fragebogens von *uniexperts*.

Mit jedem Teilnehmer führt der Fachberater von *uniexperts* ein **individuelles Beratungsgespräch**. Dabei werden die Chancen eingeschätzt und die weiteren Schritte besprochen.

Die **Sichtungstermine** finden jeweils im Frühjahr und im Herbst statt. Diese sind auf der Internetseite der Tennisakademie Rhein-Neckar unter www.tennisakademie-rhein-neckar.de nachzulesen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 60,00 EUR.

Anmeldungen per E-Mail an staguhn@racket-center.de

Januar

1. Woche in den Ferien	MLP-Cup Challenge Camp
1. Woche in den Ferien	Neujahrs-Special-Camp
Samstags 09.00 - 11.00/12.00	talentino-Workshop / FUTURETEAM-Workshop
09.30 - 11.30 Uhr	Workshop für Erwachsene

Februar

1. Woche	MLP-Cup ITF Future \$ 15.000
1. Woche	Junior Double Trophy zum MLP-Cup
Faschingsferien	Faschingscamp
Samstags 09.00 - 11.00/12.00	talentino-Workshop / FUTURETEAM-Workshop
09.30 - 11.30 Uhr	Workshop für Erwachsene

März

Samstags 09.00 - 11.00/12.00	talentino-Workshop / FUTURETEAM-Workshop
09.30 - 11.30 Uhr	Workshop für Erwachsene

April

Osterferien Baden-Württemberg	2 Wochen Ostercamp (Mo. bis Fr.) Anpassen auf Sand und Freiplatz
Sondertermin Mitte April	Sa./ So. Eröffnung der Freiplatzsaison, Auch Eltern spielen Tennis

Mai

Samstags & Sonntags	Medenspiele Jugend und Aktive
------------------------	----------------------------------

Juni/Juli

Samstags & Sonntags	Medenspiele Jugend und Aktive
Pfingst- Wochenende	Rhein-Neckar Junior Open/ Wilson Junior Race
Pfingstferien	Woche 1 Pfingstcamp 4 Tage Woche 2 Pfingstcamp 5 Tage

August

Sommerferien Baden-Württemberg	Woche 1 Sommercamp 1 Woche 2 Sommercamp 2 Woche 3 Sommercamp 3 Woche 4 Sommercamp 4
-----------------------------------	--

September

Sommerferien Baden-Württemberg	Woche 5 Special Camp Sommerferien Woche 6 Special Camp Sommerferien
Mitte September Beginn des neues Schuljahres	Einteilung des Trainings für die Wintersaison Sichtungs- und Einteilungswoche
2. Woche	(nach Beginn des neuen Schuljahres) Erste Trainingswoche Wintersaison

Oktober

Samstags 09.00 - 11.00/12.00	talentino-Workshop / FUTURETEAM-Workshop
09.30 - 11.30 Uhr	Workshop für Erwachsene
Herbstferien	Herbstcamp

November

Samstags 09.00 - 11.00/12.00	talentino-Workshop / FUTURETEAM-Workshop
09.30 - 11.30 Uhr	Workshop für Erwachsene

Dezember

Samstags 09.00 - 11.00/12.00	talentino-Workshop / FUTURETEAM-Workshop
09.30 - 11.30 Uhr	Workshop für Erwachsene

Alle aktuellen Termine entnehmen Sie den Aushängen und finden Sie auf unserer Internetseite.

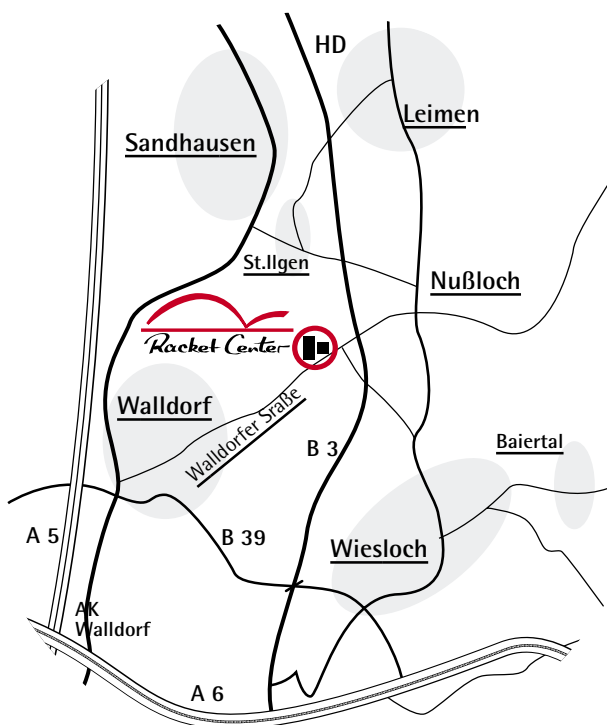
So finden Sie uns

Auf der Verbindungsstraße zwischen Nußloch und Walldorf.

Von der B3 kommend: Ausfahrt Nußloch / Walldorf in Richtung Walldorf. Nach ca. 500 m sehen Sie rechter Hand im idyllischen Natur- und Landschaftsschutzgebiet das RC.

Von der A5 kommend durch die Ortsmitte von Walldorf. Folgen Sie der Beschilderung nach Nußloch. Nach ca. 1 km sehen Sie auf der linken Seite den Gebäudekomplex des RC.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Anreise!



Kontakt

Tennisakademie Rhein-Neckar

im Racket Center Nußloch

Walldorfer Straße 100 • 69226 Nußloch

Telefon: 06224 99 09-0 • E-Mail: info@racket-center.de

Internet: www.tennisakademie-rhein-neckar.de