



25. BIS 29. JULI 2022 TÄGL. 09-16 UHR

# PROFESSIONAL TENNIS CAMP

Tenniscamp für leistungsorientierte Kinder  
und Jugendliche ab 10 Jahren

Auswahl der Teilnehmer nach Leistung

**PREIS: 380,00 €**  
**BEWERBUNG BIS: 01.07.2022**

# 6 Stunden Training pro Tag



## Technikschulung

- individuelle Verbesserung der Schlagtechnik
- Anpassung der Technikausführung in verschiedenen Spielsituationen (Virtuosität der Technik)



## Videoanalyse

- gezielte Analyse der technischen Ausführung der Grundschläge
- spezifische Trainingsformen zur Korrektur der Schlagausführung



## Taktiktraining

- taktische Grundlagen in verschiedenen Spielsituationen
- Einstudieren bestimmter Spielzüge, sog. „Pattern“



## Athletiktraining

- Schulung tennisspezifischer Fähigkeiten
- Schwerpunkte: Koordination & Schnelligkeit



## mentales Training

- Vermittlung von Strategien zur Bewältigung sog. Stress-Situationen im Tennis
- individuelle mentale Handlungsempfehlungen



## tennispezifische Ernährungstipps

- Ernährungstipps für Leistungssportler
- Versorgung der Teilnehmer mit einem für Leistungssport geeignetem Mittagessen

# Trainer-Team



**Dr. Marc Philipp**

B-Trainer Leistungssport Tennis  
Fitnesstrainer  
Bezirksleistungskadertrainer a.D.



**Martin Hablowetz**

B-Trainer Leistungssport Tennis  
Fitness-Trainer  
Cardio-Trainer



**Peter Hablowetz**

C-Trainer Leistungssport Tennis  
Kreiskadertrainer a.D.  
akt. Verbandsliga-Spieler



**Sebastian Nädele**

C-Trainer Leistungssport Tennis  
Sportwissenschaftler  
akt. Hessenliga-Spieler



**Stefanie Schwarz**

A-Trainerin Fitness  
C-Trainerin Tennis