

Winterlessen 2023 – 2024

Kidstennis Wit / Multimove (3 – 4 jaar)

Wit is de voorbereidende stap op KidsTennis. Onze 'digitale' maatschappij gaat gepaard met bewegingsarmoede. Op een leeftijd waar kinderen de motorische basis leggen voor hun verdere motorische ontwikkeling wordt dit vandaag de dag amper ingevuld. Initiatieven zoals de bewegingsschool, kleutergymnastiek en sportacademies spelen hierop in. Psychomotorische vorming stimuleert de algemene motorische vorming omdat het kind spelenderwijs 'bewust' wordt van begrippen zoals lichaam, tijd en ruimte. Een goede motorische vorming is de basis voor een goede coördinatie, het startpunt voor het aanleren van de verschillende technieken. Een kind dat 'Wit' gevolgd heeft, zal sneller en efficiënter leren tennissen. Het werken met kleuters vergt een specifieke aanpak. Kleuters hebben vaak angst voor het onbekende en zullen over de streep moeten getrokken worden om mee te doen.



Leer de
mooiste
sport ter
wereld

Ook de ouders mogen niet vergeten worden. Alles vertrekt vanuit de spontane motoriek. Om dit te bereiken zullen we situaties aanbieden die uitnodigen tot bewegen op eigen wijze, in eigen tempo en op eigen niveau. Zo zal een groep kleuters de les ervaren als één groot spel. Daarnaast is

observeren uiterst belangrijk. Observeer wat ze graag doen, hoe ze reageren op nieuw materiaal, met welke hand ze spontaan werpen, met welke voet ze schoppen, enz... Succesbeleving is dé kritische factor die het spelplezier zal bepalen.

Met deze lessen laten we kleuters in een 'kleutertenniswereld' bewegen en spelen. Je zal zien, de kleuters zullen enthousiast zijn: ze zullen veel spelen, lachen, plezier beleven en vriendjes maken. Het wordt een 'fun' introductie in de tennissport en als kers op de taart zal je merken dat ze na 'Wit' een streepje voor hebben om te evolueren in de kleuren van het KidsTennis. De kleuters hebben nog geen 'echt' tenniseracket nodig, enerzijds voelt het voor deze leeftijd nog wat log aan en anderzijds is er voldoende ander materiaal waarmee een slagbeweging kan gemaakt worden (houten plankje, opgerolde krant, plastieken racketje, pingpongpaletjes, enz...).

De Kidstennis lessen worden gegeven op zaterdag voormiddag van 9u10 tot 9u55 in de sporthal in Kaulille en zondag voormiddag van 11u10 tot 11u55 in de tennishal in Bocholt. Inschrijven is telkens voor 20 weken. De lessen worden gegeven met maximaal 4 kinderen per begeleider. De prijs voor 20 lessen is 140 euro. Lidgeld en verzekering zijn inbegrepen in het bedrag. Er worden maximaal 15 kinderen toegelaten tijdens de les.

Winterlessen 2023 – 2024

Kidstennis (licht) Blauw (5 – 6 jaar)

In deze kleur is het kind meestal tussen 5 en 6 jaar oud. In een eerste fase leren de kinderen de bal tikken. Het instappen naar de bal en het uitzwaaien. Ook gaat veel aandacht naar het oefenen van coördinatie.

Er wordt getennist met een mousse bal of een foambal op een klein terreintje. Al een beetje tennis maar vooral veel en leuk bewegen!

Vanaf Blauw kan je kiezen voor 1 of meerdere lesmomenten per week. De lessen duren telkens 45 minuten. Deze tijd is ideaal om kinderen van deze leeftijd aandachtig bezig te kunnen houden.

De lessen gaan door op woensdag van 17u15 tot 18u (tennis Bocholt), zaterdag 10u10 tot 10u55 (sporthal Kaulille) en op zondag van 10u10 tot 10u55. (tennis Bocholt). De lessen worden gegeven door gediplomeerde trainers, (ook sommige trainers van Wit. Dit zorgt voor een vlotte overgang.)



In de kleur blauw maken we ook gebruik van helpers. Dit zijn jonge spelers die aangestuurd worden door de aanwezige trainers. Ze helpen de kinderen de oefeningen correct uit te voeren en zorgen ook voor een hoge activiteitsgraad in de lessen. Er wordt gestreefd

naar een ratio van 1 begeleider per 2 á 3 kinderen.

De prijs is 155 euro voor 20 weken per lesmoment. Lidgeld en verzekering zijn inbegrepen in het bedrag.

De plaatsen in `lichtblauw` en `blauw` zijn op woensdag beperkt tot 16 spelers en 16 spelers op zondag. Op Zaterdag is er geen limiet op het aantal. Dit om de nodige kwaliteit te waarborgen voor de aanwezige kinderen.

1 keer per week trainen is onderhouden en meerdere keren per week is “verbeteren”. Natuurlijk past 2 keer per week niet altijd in de overvolle activiteitenagenda. Spelend leren met extra aandacht voor de FUN-damentals, dat is `blauw`!

Winterlessen 2023 – 2024

Kidstennis Rood (7 – 8 Jaar)

In deze kleur is het kind meestal tussen 7 en 9 jaar oud. De bewegingen worden hier al wat ruimer. De aandachtshouding, het wegdraaien van het lichaam met een korte rechtstreekse voorbereiding en het uitzwaaien, zijn de basisaccenten van dit niveau. Hier wordt er gespeeld met een rode softbal.

Coördinatie blijft een belangrijk element waar iedere les ruim aandacht aan besteed wordt.

Ook in 'Rood' kan je kiezen voor 1 of meerdere lesmomenten per week. De lessen duren telkens 45 minuten. Deze tijd is ideaal om kinderen van deze leeftijd aandachtig bezig te kunnen houden.

De lessen gaan door of op woensdag van 18u10 tot 18u55 (tennis Bocholt). Of op Zaterdag (Sporthal Kaulille) 9u10 tot 9u55. Of op zondag van 9u10 tot 9u55. (tennis Bocholt) De lessen worden gegeven door gediplomeerde trainers.



Ook in 'Rood' maken we gebruik van helpers. Dit zijn jonge spelers die aangestuurd worden door de aanwezige trainers. Ze helpen de kinderen de oefeningen correct uit te voeren en zorgen ook voor een hoge activiteitsgraad in de lessen. Er wordt dus gestreefd naar een ratio van 1 begeleider per 2 á

3 kinderen.

De prijs is 160 euro voor 20 weken per lesmoment Lidgeld en verzekering zijn inbegrepen in het bedrag.

De plaatsen in 'Rood' zijn beperkt 12 plaatsen op woensdag, 16 plaatsen op zaterdag en 12 plaatsen op zondag. Dit om de nodige kwaliteit te waarborgen voor de aanwezige kinderen.

1 keer per week trainen is "onderhouden", en meerdere keren per week is "verbeteren". Natuurlijk past meerdere keer per week niet altijd in een overvolle activiteitenagenda. Ieder op zijn niveau, en aan zijn leersnelheid, is hier het motto.

Winterlessen TC Bocholt 2023 – 2024

Kidstennis Oranje (7 – 10 jaar)

In deze kleur is het kind meestal tussen 7 en 10 jaar oud. Aangezien de kleuren niet leeftijds maar niveau gebonden zijn, zijn er hier verschillen in leeftijd.

Handigere spelers gaan sneller over naar de volgende kleur. Iedereen blijft zeker tot 9 jaar op de kleur oranje. Latere starters of kids die iets meer tijd nodig hebben, krijgen die tijd ook en kunnen nog een jaartje langer op oranje blijven.

Aandachtshouding, verplaatsing naar de bal, voorbereiding met een lus, uitzwaai en herplaatsing zijn hier de belangrijkste accenten. Het kind leert hier het punt te starten met een bovenhandse opslag. Ook tactische accenten komen aan bod. Er wordt gespeeld met een softbal op een midi-terrein.



Voor de lessen kan je zelf bepalen hoeveel lesmomenten per week je wil volgen, en met hoeveel spelers per les. Je stelt dus zelf je pakket samen afhankelijk van wat je wensen of mogelijkheden zijn.

In Oranje wordt door de spelers die hier fysiek en mentaal klaar voor zijn, ook de eerste 'echte' wedstrijden gespeeld. In overleg met de ouders, worden de kinderen hiervoor geselecteerd.

Lidgeld is vanaf Oranje niet meer inbegrepen in de leskosten. Vanaf Oranje wordt er ook gekeken naar competitie spelen in de vorm van Winterclub, Interclub en toernooien.

De lessen duren 60 minuten en er kan gekozen worden om te trainen met 4, met 2 of alleen. De prijzen voor Oranje zijn:

Per uur met 4: 160 euro per speler

Per uur met 2: 320 euro per speler

Per uur alleen: 640 euro per speler

Winterlessen 2023 – 2024

Kidstennis Groen (10 – 12 jaar)

In deze kleur is het kind meestal tussen 10 en 12 jaar oud. De tactiek en de slagen worden hier nog verder uitgebreid en geperfectioneerd. Er wordt gespeeld op een 21m veld met een overgangsbal.

Groen is de laatste kleur in Kids Tennis, Hierna is het kind klaar voor het 'grote' tennis... Geel

Voor de kleur groen bieden we niet enkel de gekende tennislessen aan maar ook een interne Winterclub competitie. Dit is de perfecte aanvulling van de lessen in functie van wedstrijdjes spelen.

Voor de lessen kan je zelf bepalen hoeveel lesmoment per week je wil volgen en met hoeveel spelers per les. Je stelt dus zelf je pakket samen afhankelijk wat je wensen of mogelijkheden zijn.



Lidgeld is voor Groen niet meer inbegrepen in de les gelden. Vanaf Groen wordt er ook gekeken naar competitie spelen in de vorm van Winterclub, Interclub en toernooien.

De lessen duren 60 minuten en er kan gekozen worden om te trainen met 4, met 2 of alleen. De prijzen voor Groen zijn:

Per uur met 4: 160 euro per speler

Per uur met 2: 320 euro per speler

Per uur alleen: 640 euro per speler

Winterlessen 2022 – 2023

Maxitennis – Geel (13 – 18 jaar)

Tennis zoals op TV! Met een normale harde/gele tennisbal op een volledig veld. Ook hier worden nog de nodige technische verbeteringen in geslepen, maar er wordt ook vooral tactisch gewerkt. De juiste bal leren spelen op het juiste moment wordt alsmaar belangrijker.

Voor Maxi kleuren zijn er veel verschillende opties om te kiezen. Er wordt voor-ieder-wat-wils aangeboden.

Natuurlijk bieden we de gekende tennislessen aan, zowel in groepjes van 4, met 2 spelers of als privéles.



Voor de lessen kan je zelf bepalen hoeveel lesmomenten per week je wil volgen, en met hoeveel spelers per les. Je stelt dus zelf je pakket samen, afhankelijk wat je wensen of mogelijkheden zijn.

Voor de Competitie spelers wordt er ook nog een module aangeboden in samenwerking met kinesiste Stephanie Pareyn. De juiste prijs hiervan kan persoonlijk besproken worden en is afhankelijk of er al dan niet gewerkt kan worden met een doktersattest.



Dit gaat zorgen voor blessurepreventie, evenwichtige lichaamsbouw en gezonde lichaamsgroei tijdens de groeispurt

De lessen duren 60 minuten en er kan gekozen worden om te trainen met 4, met 2 of alleen. De prijzen voor Maxi zijn:

Per uur met 4: 160 euro per speler

Per uur met 2: 320 euro per speler

Per uur alleen: 640 euro per speler

Winterlessen 2022 – 2023

Groepstraining op Vrijdag van 17u tot 19u



Groepstrainingen zijn de perfecte aanvulling voor de lessen. Hier worden er wedstrijdssituaties geoefend en doordat je met meerdere spelers van hetzelfde niveau samen komt, is er ook veel variatie in tegenstanders en speltypes.

Er wordt, onder begeleiding van Sarah Peeters en Peter Steensels, gewerkt aan positie op de baan, spelen van key-points, tactische shotkeuzes, spelanalyse van de

tegenstander, etc

De groepstrainingen gaan door telkens op vrijdag van 17u tot 19u. Er zal een verdeling gemaakt worden in 3 groepen. 2 keer een groep maxi en een groep met de spelers van Oranje en Groen.



Iedere groep krijgt tijdens de winter 8x 2u groepstraining aangeboden. In totaal dus 16u tennis. De juiste datums per groep vind je hieronder terug. De trainers kunnen de groep van de speler aanpassing indien nodig. (in overleg met de ouders)

Wedstrijdtraining Vrijdag 17h-19h		
Maxi 10p +	Maxi -10p	Groen / Oranje
06-Oct	13-Oct	08-Dec
20-Oct	03-Nov	15-Dec
10-Nov	17-Nov	22-Dec
24-Nov	01-Dec	29-Dec
05-Jan	12-Jan	26-Jan
19-Jan	02-Feb	09-Feb
23-Feb	01-Mar	08-Mar
15-Mar	29-Mar	22-Mar

Er zullen telkens maximaal 24 spelers toegelaten worden per groep. Kostprijs voor 8x 2u groepstraining is 100 euro per speler.

Winterclub Competitie (enkel Maxi Spelers)

De Winterclubcompetitie is een competitieformat gebaseerd op de voorjaarsinterclub. Er wordt hier zowel enkel als dubbel gespeeld in teamverband.

Ploegjes van 2 spelers spelen tegen elkaar. Eerst speelt speler 1 40 minuten enkel, dan speelt speler 2 40 minuten enkel om tenslotte samen 40 minuten dubbel te spelen. Het is een interne competitie voor de spelers van TC Bocholt en TC Kaulille.

Deze competitie gaat 1 keer per maand door op een zaterdag tussen 16u en 18u in de tennishal in Bocholt. Het gaat dus over 6 ontmoetingen. De datums dat er gespeeld gaat worden zijn de volgende:

Winterclub *

28-Oct
18-Nov
23-Dec
13-Jan
24-Feb
16-Mar

* van 16u tot 18u



Kostprijs om mee te doen hieraan is 50 euro per persoon. Hier zijn de plaatsen beperkt tot 24 spelers.