

Strängnäs Tennisklubb

2016

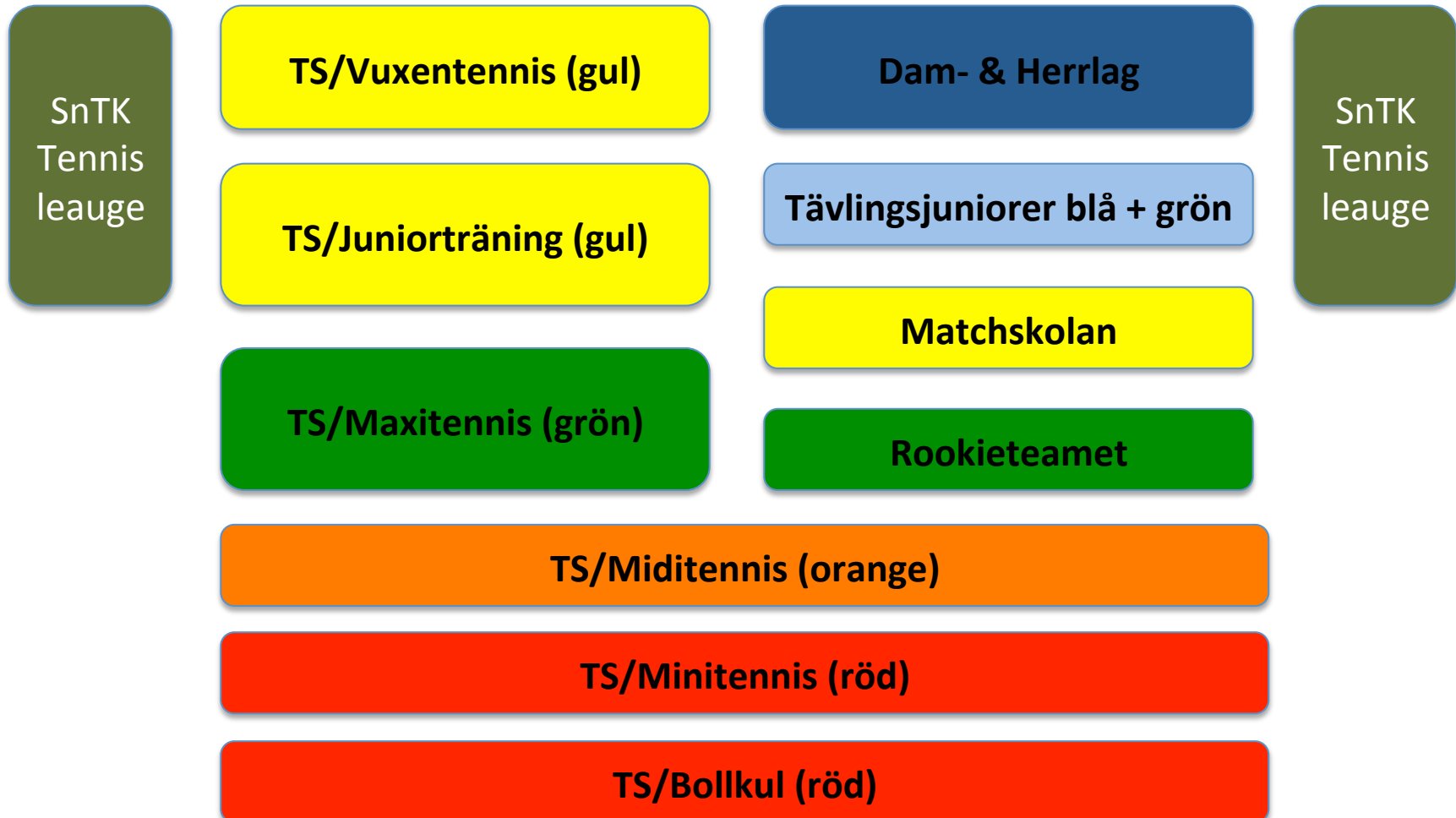
Ledord:

*”Så många som möjligt, så mycket som möjligt,
så länge som möjligt”*

Övergripande mål:

*Strängnäs TK skall vara en välorganiserad
och välskött förening dit alla är välkomna!
Var och en ska få möjlighet att spela tennis på sin nivå!*

Strängnäs TK - spelarutveckling



Strängnäs TK – tennisskola barn och ungdom

Varje år består av två terminer. Vårterminen består av 19-21 veckors träning och höstterminen av 17-18 veckors träning.

Tennisutbildningen i klubben består av olika steg beroende på ålder och spelnivå. Alla våra tränare är utbildade och vi jobbar efter Play & Stay metodiken, vilket innebär att vi anpassar bana och bollar utefter ålder och var spelaren befinner sig i sin utveckling. Detta gör det mycket lättare att få igång spelet samt att utveckla både de tekniska och taktiska delarna i spelet. De olika nivåerna och bollarna är:

Röd "Bollkul" och "Minitennis"

Orange "Miditennis"

Grön "Maxitennis"

Gul "Junior- och vuxentennis"

Spelare i tennisskolan erbjuds 1-3 timmars träning/vecka. Träningen ligger till stor del på söndagar, spelar man flera pass/vecka är det även träning på vardagar där vi startar från kl. 14.

Tennis är en svår sport som kräver en hel del träning och mycket tålamod för att lära sig att förstå spelet och för att utvecklas. Vi rekommenderar därför spelare som verkligen tycker det är kul och vill utvecklas att så snart som möjligt komma upp och träna två-tre pass per vecka.

Vi är för att man som ung testar och håller på med flera olika idrotter för att skaffa sig en bra grund och en bred "rörelsebank".

Ansvarig för tennisskolan är Eva-Lena Daun,
elo@sntk.se

Strängnäs TK – tennisskola vuxen

Klubbens uppskattade vuxentennis har ca 60 spelare igång varje vecka. Träningen innehåller teknik, taktik och ofta en hel del poängspel i olika former.

Spelare i vuxentennisen erbjuds 1-3 timmars träning/vecka. Träningen ligger på vardagskvällar från kl. 19. Träningsgrupperna har max fem spelare med en tränare om det är träning på en bana. Vid gemensam träning på två banor kan det vara upp till åtta spelare med en tränare.

Varje år består av två terminer. Vårterminen består av 19-21 veckors träning och höstterminen av 17-18 veckors träning.

Vi rekommenderar verkligen de som har barn med i tennisskolan att gå en vuxenkurs för att lära sig grunderna och kanske även få en förståelse för hur svårt (och roligt) det är med tennis.

Varje år arrangeras ett tennisläger utomlands, i år deltar 16 spelare på lägret som hålls i Marbella i Spanien.

Ansvarig för vuxentennisen är Eva-Lena Daun, elo@sntk.se

Strängnäs TK – tävlingsspåret

För de spelare som vill spela mycket tennis och tycker det är roligt att spela matcher har vi ett s k **"tävlingsspår"** som består av följande indelningar:

Rookieteamet 8-10 år, träning 2-4 timmar/vecka.

Mål: Att få ihop ett gäng spelare som vill spela och träna mycket och ha roligt tillsammans. Erbjudas 8-10 aktiviteter per år utöver ordinarie träning.

För vem? Spelare som visar spel- och rörelseglädje och vill komma igång och spela match.

Vi erbjuder: Aktiviteter utöver den ordinarie träningen, som t ex. extraträningar, miniläger mm.

Matchskolan 10-13 år, träning 3-6 timmar/vecka.

Mål: Genom olika aktiviteter skapa god sammanhållning och "tennisglädje". Erbjudas spelarna 8-10 aktiviteter per år utöver den ordinarie träningen.

Utbilda och utveckla spelarna inom teknik, taktik, fys och mentala delar.

För vem? Spelare som vill träna mycket och spela matcher.

Vi erbjuder: Aktiviteter utöver den ordinarie träningen som läger, tävlingsresor, seriespel, fysträning mm.

Förväntningar: Träna minst 3 pass/vecka samt 1 fyspass/vecka. Delta i seriespel och SnTK TL. Spela klubbens tävlingar samt RM, SEB NG Cup och ytterligare 2 tävlingar/år. Spela på egen hand utan tränare.

Strängnäs TK – tävlingsspåret

Tävlingsjuniorer "Blå", 12-18 år

- Mål:** Erbjudas spelarna en bra tennisutbildning och stöd i att nå sina mål.
- För vem?** Spelare som vill utveckla sin tennis, träna och spela matcher på sin nivå.
- Vi erbjuder:** Träning 3-5 timmar/vecka, 1 fyspass/vecka. 3-5 tävlingsresor/läger per år, seriespel, tränarutbildning.
- Förväntningar:** Delta på minst 1 fyspass/vecka. Delta i seriespel och SnTK TL. Spela klubbens tävlingar samt RM, SEB NG Cup och ytterligare tre tävlingar/år. Ställa upp som tränare och domare vid behov.

Tävlingsjuniorer "Grön", 12-18 år

- Mål:** Erbjudas spelarna en bra tennisutbildning och stöd i att nå sina mål.
- För vem?** Spelare som har ambitioner och vill mycket med sin tennis.
- Vi erbjuder:** Träning upp till 8 timmar/vecka, 1 fyspass/vecka. 3-5 tävlingsresor/läger/år, tävlingsbevakning på de "fyra stora" vid tre deltagare eller fler/klass, seriespel, tränarutbildning, utv. samtal 2 ggr/år
- Förväntningar:** Delta på fyspassen. Delta i seriespel. Spela klubbens tävlingar samt RM, SEB NG Cup och ytterligare nio tävlingar/år. Ha klara mål med sin tennis och en skriftlig tävlingsplanering. Ställa upp som tränare och domare vid behov. Vara ett föredöme på och utanför banan.

Strängnäs TK – avgifter

Medlemsavgifter:

Junior	150 kr/år
Senior	300 kr/år
Familj	500 kr/år

Träningsavgifter:

Barn: från 1190 kr (Bollkul vårtermin).

Vuxna: från 2400 kr (vårtermin)

Se info om alla priser på hemsidan.

Banhyra inne:

Vard. Kl. 7-17	Medlem 120 kr, ej medlem 140 kr
Vard. från kl. 17	Medlem 140 kr, ej medlem 160 kr
Helger	Medlem 140 kr, ej medlem 160 kr
Junior	50 kr

Banhyra ute:

Senior	Medlem 100 kr, ej medlem 120 kr
Junior	50 kr

Vi erbjuder även s k Sommarkort.

Abonnemang: Fast tid varje vecka, priset är 10 kr billigare/timma mot ord. pris för medlemmar.

Spelnyckel: 200 kr

Tävlingar

KM: 120 kr senior, 80 kr junior

SRC, IBC: Halv avgift, 150 kr

Seriespel 500 kr/spelare. Spelare som är med i någon träningsgrupp, 0 kr

STL/omgång: Senior 450 kr, junior 350 kr

Strängnäs TK – tävlingar

SnTK arrangerar varje år följande tävlingar:

Klubbmästerskap

Inne 7-9 januari

Ute Vecka 36

Sparbanken Rekarne Cup

Fr. o m 2016 spelas tävlingen vecka 15-16

ICA Bengtsson Cup

Vecka 43-44

IF SO Tour

Klubben arrangerar 6-9 tävlingar per år. Tävlingen spelas under 3 timmar med röd, orange eller grön boll.

STL - SnTK Tennisleauge

Hösten 2015 startade vi upp ett gruppspel för alla som är sugna på att spela matcher och mäta sig mot andra. Spelarna delas in i grupper om 5-6 spelare där alla möter alla inom gruppen. Vi kommer att ha en senior och en juniorklass och spelarna delas in efter spelstyrka. Målet är att spela 4-5 spelomgångar per år. Första omgången 2016 planeras att starta 15 januari.

Anmälan sker till Axel Persson

acke95_@hotmail.com

Strängnäs TK - Seriespel

Klubben har nedanstående lag med i seriespelet inomhus hösten 2015.
Hemmamatcherna spelas oftast på lördagar.

Damlag

Herrar A

Herrar B

Herrar 45, 1

Herrar 45, 2

Herrar 55

Östligan – regionalt seriespel juniorlag
10, 12, 14, 15 +

Strängnäs TK – sponsorer

Huvudsponsorer:

ICA Bengtsson

Imtech AB

Sponsorer:

Artbox AB

Club Hälsoskaparna

Garpsten Glasmästeri AB

Grafoma AB

Pyroevent AB

Rådek HB

SEVAB Strängnäs Energi AB

Skandiamäklarna AB

SPM Instrument AB

Svedängs Gård AB

Vi samarbetar med:

Tidningen Måsen

Vill Du sponsra Strängnäs TK?

Kontakta Fredrik Hörnell, fredrik@sntk.se

Strängnäs TK – personal

Verksamhetsansvarig: Fredrik Hörnell, 50 %
Ansvarsområde: Tävling
Arbetar tre dagar/vecka
fredrik@sntk.se, tfn: 070-527 82 89

Chefstränare: Eva-Lena Daun, 35 tim./v
Ansvarsområde: Tennisskola
Arbetar måndag-onsdag + söndag
elo@sntk.se, tfn: 076-050 19 69

Tränare: Robin Lindh, 32 tim./vecka
Ansvarsområde: Rookieteam & Matchskola
Arbetar måndag, tisdag-fredag + söndag
Robin.lindh@sntk.se, tfn: 072-578 75 51

Tränare: Mirza Beciragic, 40 %
Arbetar tisdag-torsdag
mirza@sntk.se, tfn: 073 525 56 76

Vaktmästare: Christoffer Hagström, heltid
Ansvarsområde: Anläggningar
Arbetar måndag-torsdag + söndag
Tfn: 0152-149 90

Adress:
Strängnäs TK
Olivehällsvägen 6
645 42 Strängnäs
Tfn: 0152-149 90
www.sntk.se

Vi finns på Facebook!