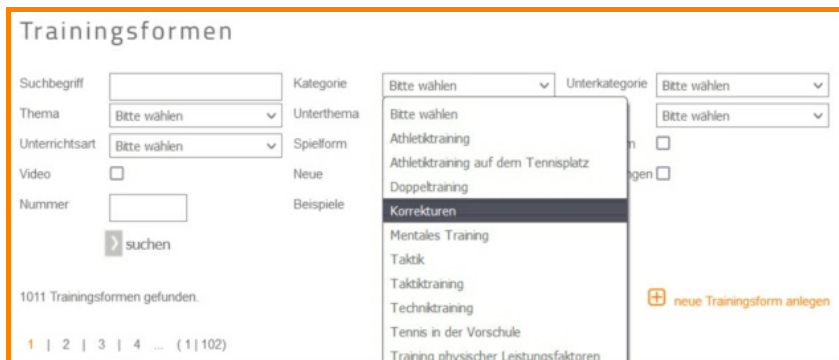


Liebe Trainerkollegen*in,

wir wollen euch/Sie mit diesem Newsletter über neu Inhalte in tennistrainer.de informieren:

Bereich Korrekturen:

Wir haben bei den Trainingsformen eine neue Kategorie mit dem Namen **"Korrekturen"** eingefügt, es sind **neue Trainingsformen und Videos** (in Zusammenarbeit mit Kollege Harro Hauselt, DOSB Diplomtrainer) verfügbar:



Beispiel Video:



Mannschaftstraining

Moderne Basis-Trainingsformen für das Mannschaftstraining
(Markus Knödel, Stand: 25.11.2020)

Einstieg und Grundlagen

Im folgenden Kapitel wollen wir wichtige Basis-Trainingsformen für das Mannschaftstraining darstellen. Hierbei sollen insbesondere drei **Basis Spielsituationen** den Rahmen vorgeben:

- **Spieleröffnungssituation** (mit Aufschlag, Return und ersten Folgebällen)
- **Grundliniensituation** (Schläge an der Grundlinie in der Offensive und Defensive mit Vorwärts- und Rückwärtsdrift)
- **Netzsituation** (Angriffsschläge, Volleys, Schmetterbälle und Verteidigungsschläge)

Schließlich soll durch ein qualitativ hochwertiges Mannschaftstraining die Spielleistung der Mannschaftsspieler im Einzel und Doppel verbessert werden. Tennis ist eine hochkomplexe Sportart, mit einem multiplen Anforderungsprofil an die Spieler. Für die sportliche Leistung sind folgende Faktoren verantwortlich, diese beeinflussen sich zudem gegenseitig:

[weiterer Text](#)

Spielsituationen und Trainingsinhalte

Spieleröffnungssituationen Aufschlag, Return, Folgeball	Technik
	Taktik
	Athletik
	Mental
Grundliniensituationen Vorhand, Rückhand, Slice, Stopp	Technik
	Taktik
	Athletik
	Mental
Netz- und Angriffssituationen Angriffsschlag, Volley, Schmetterball	Technik
	Taktik
	Athletik
	Mental

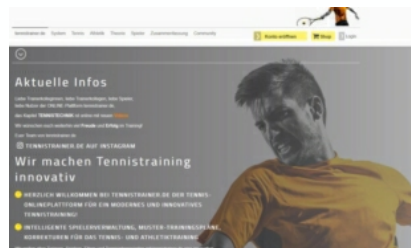
Ein modernes Mannschafts- und Leistungstraining orientiert sich an den Spielsituationen und den Faktoren der Leistung

Lange Trainingsformen Videos im Bereich:

Mannschaftstraining

Im Kapitel "Theorie Tennistraining" // "Mannschaftstraining" wurden nun bei jedem Kapitel längere Trainingsformen-Videos eingebaut, Themen sind:

- **Einspielformen (18 min)** für das Training mit Fortgeschrittenen und Mannschaftsspielern
- Trainingsformen **Spieleröffnung (26 min)**
- Trainingsformen **Grundlinienspiel (32 min)**
- Trainingsformen **Netz- und Angriffsspiel** (ab 15.10.2021 verfügbar)
- Trainingsformen **Doppelspiel** (ab 15.10.2021 verfügbar)



TENNISTRAINER.DE
PRO

tennistrainer.de BASIS

Das System mit über 1000 Trainingsformen! Sie können mit ihrem Smartphone oder über jeden anderen Internetzugang, weltweit online auf die Trainingsdatenbank zugreifen. Planen Sie Ihr Training professionell mit tennistrainer.de und suchen Sie aus über 1000 modernen Tennis- und Athletiktrainingsformen

[More info...](#)

tennistrainer.de PRO

Die **PRO Version** enthält zusätzlich: - Rechnungsverwaltung, eigene Rechnungen erstellen und bearbeiten - Trainingskalender mit Trainingsterminen - Trainingsgruppen erstellen - Trainingstermine automatisch abrechnen - Trainingspläne für Spieler freigeben

[More info...](#)

Team tennistrainer.de mit Markus Knödel wünscht allen weiterhin viel Erfolg und einen guten Start in die Hallensaison 2021/2022!



Euer team tennistrainer.de mit Markus Knödel

Diplomtrainer DTB/DOSB // Geschäftsführer

+49 7367 920770 | tennistrainer.de | info@tennistrainer.de
73432 Aalen



tennistrainer.de- Karl-Dangel-Str. 13 - 73432Aalen- Germany

Wir haben diese Nachricht an alle bestehenden Kunden von Firmenname gesendet.
Für weitere Informationen zu unseren Datenschutzbestimmungen, besuchen Sie bitte [diese Seite](#).

Wenn Sie diese E-Mails nicht mehr erhalten möchten, klicken Sie bitte auf den folgenden Link zum [Abbestellen](#).

©2021 tennistrainer.de. Alle Rechte vorbehalten.