



TENNISAKADEMIET 2023





DET HANDLER OM DIG

Tennisakademiet er et matchacademy - det betyder vi har fokus på matchtræning, matchstrategi og mentaltræning. Vi tager dig og dine ambitioner seriøst og arbejder målrettet på at udvikle akademiets ca. 40 spillere.

Træningsfilosofien bygger på, at motivation, disciplin og viljestyrke er drivkrafter, der skal gøre dig til en dygtig tennisspiller - og vi skaber de bedste rammer for din udvikling.

Som medlem af akademiet indgår du i et professionelt træningsmiljø og du knytter kammeratskaber på tværs af tennisklubber.

Træningen foregår i små grupper og med særligt fokus på den enkelte spillers behov og udvikling. Med 3-4 spillere sikre vi, at træningen er individuel så den matcher dine behov og dit udviklingspotentiale.

Alle vores træninger indeholder matchplay, hvor der spilles kamp og du får trænerfeedback på dit kampspil.



TRÆNINGEN

Vores træning retter sig mod turneringsspillere i aldersgruppen 10-16 år og hvert træningspas har et særligt fokus som er afstemt efter træningssæsonen.

Alle vores træninger indeholder matchplay, hvor der spilles kamp og du får trænerfeedback på dit kampspil. De fleste af vores træninger er på 3 timer, så der er tid til træning og matchspil med trænersupervision.

I vores træning lægger vi vægt på:

- at spilleren udvikler sig gennem kontinuerlig træning
- at spilleren bruger sit fulde potentiale
- at spilleren styrker sit mentale mindset under kamp
- at spilleren lærer at træffe de rigtige beslutninger under kamp
- at træningen foregår i trygge rammer og sammen med andre på samme niveau

Træningen varetages af Nils Trier og Thomas Wahl, samt akademiets trænere Claus Holmen og Anders Ibh.



PROGRAM

UGETRÆNING

Der er fast ugetræning hele året, hvor vi tilbyder matchtræning á 3-timers varighed. Der er også 2-timers træning.

Du tilmelder dig per sæson (inde og ude) og træner med den samme gruppe spillere hver uge (3-4 spillere per bane på 2-3 baner med 2-3 trænere).

Det er træning, hvor der lægges vægt på kontinuitet og udvikling, og gennem matchtræning med trænersupervision sikrer vi, at du udvikler dig og bliver god til at spille kamp.

Ugetræning på Tennisakademiet kan ikke sammenlignes med den træning du får i klubben. Vi har fokus på at gøre dig god til at spille kamp. Vi anbefaler derfor at du træner i klub 2-3 gange om ugen og på akademiet én gang om ugen.

CAMPS

Vi har hele året camps, hvor vi har særligt fokus på matchtræning og mentaltræning oftest med et tema, fx kamptræning i double. I løbet af sæsonen tilrettelægger vi camps af lidt længere varighed fx vores sommercamps og vintercamps.



KLUBSAMARBEJDE

Tennisakademiet samarbejder med en række danske tennisklubber, så vi sammen kan udvikle spillere. I klubben træner du teknik og på akademiet bliver du bedre til at spille kamp, sådan lidt banalt sagt.

Træningen på Tennisakademiet kan ikke stå alene. Træning på akademiet forudsætter, at du får træning i din klub og repræsenterer din klub i forbindelse med turneringer. Træning på akademiet kan derfor ikke erstatte din klubtræning.

Vi forkuserer hovedsaglig på de ting, der ikke er så meget tid til i din klubtræning. Vi har fokus på dig og din udvikling, vi har fokus på kamptræning og det at spille turneringer, og så har vi fokus på mentaltræning, dvs. hvordan du tænker og agerer som spiller på banen.

Som udgangspunkt træner vi ikke teknisk træning, det anser vi som en del af klubtræningen. Og hvis vi gør, sker det i dialog med din klubtræner.



EUROELITE TENNIS

Tennisakademiet samarbejder med Scandinaviens største tenniskademi på camps and tours, EuroElite Tennis. For at blive optaget som spiller på EuroElite skal du have niveau og ambitioner om at spille internationale turneringer.

EuroElite er en naturlig forlængelse af træningen på Tennisakademiet, og vi anviser de bedste af vores spillere til EuroElites summercamps, hvor det hele begynder. Herfra kan du blive inviteret til at deltage i EuroElite's aktiviteter.

EuroElite arbejder på at forberede spillerne på at spille internationale turneringer og måske videre på amerikansk college. De to danske topspillere Mikael Torpegaard og August Holmgren er tidligere EuroElite-spillere.

Vi deler mange af de træningsstrategier, der også benyttes EuroElite. Thomas Wahl, der er medejer af Tennisakademiet, driver og ejer EuroElite Camps, og på den måde er der sammenhæng mellem Tennisakademiet og EuroElite.

Vi støtter vores spillere i deres udvikling og vurderer, hvornår de eventuelt er parate til at prøve kræfter med EuroElite og international tennis.



MEDLEMSKAB

Det kræver medlemskab for at kunne deltage i Tennisakademiets træning. Som medlem melder dig kun til den træning du ønsker at deltage i.

Du skal ansøge om at blive optaget og du skal til test og samtale inden du kan optages.

Vi er ca. 40 spillere på akademiet. Der er en lige fordeling af drenge og piger, og ca. halvdelen af spillerne er u12-14.

Alle spillere på Tennisakademiet får gratis tøjpakke fra Fila bestående af træningsdragt, bukser/skirt og trøje (værdi ca. 2.000 kr).

Som medlem får du også vores egen tennisbog, som vi har udviklet til vores spillere. Her er der gode råd til udvikling af dit kampspil og her noterer du dine egne observationer fra dine kampe, så du lærer af dine sejre og nederlag.

Vejledende priser 2023 (sæsonen 1/5 2023 - 30/4 2024)

- Medlemskab inkl. indmeldelsesgebyr: kr. 2.395
- Fornyelse af medlemskab (senest 1/4): kr. 1.995
- Ugetræning: fra ca. 5000 kr.
- Camps: fra kr. 995



VÆRDIGRUNDLAG

Tennisakademiet er en privat virksomhed, der er uafhængig af tennisklubberne. Tennisakademiets består af direktør Peter Frederiksen, sportschef Thomas Wahl og cheftræner Nils Trier.

Vores værdigrundlag kan sammensættes i følgende punkter:

- Vi vil styrke vores spillere, så de bliver bedre til at modstå det pres, der ligger i en individuel sport som tennis
- Vi vil styrke vores spillere taktisk, så de lærer at træffe de rigtige beslutninger på tennisbanen
- Vi styrker dig som spiller og har fokus på din udvikling
- Vi ser vores spillere som hele mennesker og ser en sammenhæng mellem hverdagen og udviklingen som tennisspiller
- Vi arbejder på at udvikle vores spillere som hele mennesker og lægger vægt på respekt for andre og samarbejde med andre. For os er tennis et teamwork, hvor vi lærer vores spillere at de skal samarbejde med andre for selv at blive bedre.



Fotos: Thomas Bertram



Tennisakademiet.dk
kontakt@tennisakademiet.dk
Tel. 40714144

