

„Sehen Sie zwei Junge, die zusammen Spass haben auf dem Platz? Das freie Spiel ist
verschwunden.“
„Kinder in der Schweiz haben viel zu viele Privatlektionen und spielen viel zu wenig Tennis.“
(Robert Federer)

Wir bieten die Lösung für Regionalkaderspieler

Liebe Tennis Kids
Liebe Tennis Eltern

Die beiden Zitate zeigen die aktuelle Entwicklung im Tennis - das miteinander Spielen rückt immer mehr in den Hintergrund zugunsten von teuren Privatstunden. Talentierte, tennisbegeisterte Junioren haben extrem Mühe, Spielpartner auf kompetitivem Level zu finden. Je besser sie spielen, desto schwieriger wird es, einen Trainingspartner zu finden. Privatstunden sind oftmals nicht finanzierbar und somit kommen Junioren nicht zur nötigen Spielpraxis. Dafür haben wir eine Lösung gefunden und bieten für die kommende Sommersaison 2019 ein neues Programm an:

sparring4you

sparring4you ist ein Team von zehn top Sparringpartnern. Die motivierten Sparrings sind ehemalige oder aktive Wettkampfspieler (im Bereich N2-R2 klassiert) welche über viel Erfahrung und zudem eine Tennisausbildung bis hin zum Wettkampftrainer B verfügen.

Unser Angebot:

- Sparringprogramm für Spieler des Regionalkaders (ab 12 Jahren)
- Kostengünstig, damit die Junioren möglichst viel zum freien Spielen kommen (CHF 80 / Stunde, alles inklusive)
- Matchpraxis mit erfahrenen und besseren Spielern
- Flexible Trainingszeiten
- Indoor- und Outdoorplätze
- Kostenloser Sportphysio Check-up alle 6 Monate, um Verletzungen vorzubeugen

Wichtig zu wissen ist, dass unser Programm keine Konkurrenz zu Tennistrainern oder Tennisschulen sein soll. Wir möchten talentierte Kids fördern und ihnen die Möglichkeit geben, ihr Level zu testen und sich besser auf Matches vorzubereiten.

Für weitere Infos oder Anmeldungen freuen wir uns auf Eure Kontaktaufnahme unter:
079 217 88 89 oder marcel@cochand.net

Euer sparring4you Team

KOSTENLOSER PHYSIO-CHECK

Kinder die Sport betreiben, sollte man zusätzlich regelmässig körperlich kontrollieren lassen. Unser Sportphysio bietet alle 6 Monate einen Gratis-Check-up im Rahmen des sparring4you Programms an.

Ein Kind entwickelt sich schnell - nicht nur mental, sondern auch körperlich. Wir sehen täglich Kinder die zu lange mit kleinen Beschwerden, Verletzungen oder Bewegungseinschränkungen Sport betreiben und ihren Körper dadurch falsch belasten. So kann es zu massiven Problemen, Fehlhaltungen, chronischen Beschwerden oder Verletzungen führen.

Warum ist ein Physio-Check wichtig

Mit einem regelmässigen Körpercheck wird diesen Gefahren frühzeitig entgegengewirkt, und wenn nötig, physiotherapeutisch behandelt. Auch wenn ein Kind noch keine Beschwerden oder Schmerzen spürt, kann es schon Einschränkungen oder veränderte Bewegungsabläufe geben. Ohne Kontrolle oder Behandlung wird dieses Problem mittels Kompensation ausgeglichen und wird später zu Problemen führen.

Ablauf Physiocheck

Während des 30-minütigen Tests wird ein Physiocheck am Bewegungsapparat durchgeführt. Von Kopf bis Fuss wird die Beweglichkeit, die Gelenke sowie die Muskulatur beurteilt. Wie ist die Kraft, Symmetrie links- rechts und vieles mehr. Nach diesen Tests werden die Resultate besprochen. Wenn es ein konkretes Problem im Bewegungsapparat gibt, werden zusätzliche Übungen oder Physiotherapie vorgeschlagen. Zusammen mit dem Physiotherapeut wird dann ein Plan aufgestellt, um so schnell wie möglich die körperliche Belastbarkeit sicherzustellen.