

Swiss Tennis Player Development

Liebe TrainerInnen, liebe Eltern, liebe TennisspielerInnen

Swiss Tennis ist stolz, Ihnen das «Player Development» präsentieren zu können. Das Swiss Tennis Player Development ist in erster Linie ein **Ausbildungsprogramm** für interessierte und ambitionierte Coaches. Es beschreibt Grundlagen, Zielvorgaben und Trainingsempfehlungen für die Ausbildung von NationalkaderspielerInnen.

Die Leistungskategorien bzw. Klassierungen orientieren sich an der «Road to Top» – ein Basisinstrument der Abteilung Spitzensport für die jährlichen Selektionen (www.swisstennis.ch/?rub=16).

Die Altersklassen wurden nach folgenden internationalen Standards eingeteilt:

- **Grundlagentraining** (5–10 Jahre)
- **Aufbautraining** (11–14 Jahre)
- **Übergangstraining** (15–18 Jahre)
- **Leistungstraining** (19–23 Jahre)

In den altersbezogenen Teilen werden jeweils die ältesten Junioren der jeweiligen Kategorie (im 11–14 beispielsweise die 14-Jährigen) beschrieben.

Für SpielerInnen, welche nicht dem Nationalkader angehören, können die Zielvorgaben und Trainingsempfehlungen in den Bereichen Kondition und Psyche genau gleich angewendet werden, während man sich bei Taktik/Technik eher am Spielniveau orientieren sollte.

Die Inhalte des Swiss Tennis Player Development basieren auf den aktuellen Erkenntnissen der Sportwissenschaft sowie auf eigenen Erfahrungen der Abteilungen Spitzensport und Ausbildung und den einbezogenen dezentralen Trainern aus dem Junioren- und Leistungstennis.

Swiss Tennis will mit dem Player Development folgendes erreichen:

- den Swiss Tennis Partner Academies verbindliche Trainingsrahmenbedingungen setzen
- den Regional- und Clubtrainern eine «Guideline» zur Verfügung stellen
- Grundlagen für die Trainerausbildung schaffen
- den Wettkampfspielern in der Schweiz Ideen zum Training vermitteln
- den Eltern und Betreuungspersonen relevantes Wissen weitergeben, damit sie die Entwicklung der Junioren besser verstehen können
- das Wettkampftennis fördern und das Spielniveau anheben

Wir hoffen, damit Ihr Interesse geweckt zu haben und stehen bei Fragen gerne zur Verfügung.

Freundliche Grüsse

Swiss Tennis



Alessandro Greco
Leiter Spitzensport



Jürg Bühler
Projektleiter Player Development