

Junioren-Power im Tennisclub Lenzerheide

Beim Capricörnli-Camp, organisiert von Graubünden-Tennis, durften die teilnehmenden Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren die Stars auf dem Tennisplatz sein. Die Teilnahme war kostenlos. Ziel und Zweck des Camps ist es, Kinder zum Tennisspielen zu motivieren. An neun abwechslungsreichen Stationen konnten die 15 Kids ihr Können zeigen. Jede Station zeigte interessante Übungen mit und ohne Tennisschläger, um auf spielerische Art und Weise das Tennisspielen zu erlernen. Als Belohnung erhielt jedes Kind ein T-Shirt, und die Organisatoren sahen 15 glückliche und zufriedene Gesichter.



Viel Spass hatten die Nachwuchstennisstars beim Bike-Ausflug. Bild zVg

Intensivwoche vom 29. Juni bis 3. Juli

Traditionsgemäss in der ersten Sommerferienwoche fand die Tennis-Intensivwoche statt. Von Montag bis Freitag verbesserten jeden Nachmittag 24 Kinder ihr Tenniskönnen – dazu gehörte auch die neue, kleine Gruppe geistig behinderter Kinder, die im ganzen Trainingsablauf integriert wurde. Vier Gruppen teilten sich auf vier Stationen auf. Jeweils nach einer halben Stunde wurde gewechselt. Am ersten Posten wurden polysportive Spiele gespielt, wie z.B. Völkerball. Beim zweiten Posten gab es Kraft- und Koordinationsübungen. Bei den zwei anderen Stationen wurde natürlich das Tennis spielen verfeinert. Selbstverständlich gehörte auch das Einlaufen zu Beginn und das Stretchen am Ende dazu. Ein guter Tennisspieler braucht eben auch Ausdauer und Kondition. Darum wurde eine Biketour mit anschliessendem Grillplausch organisiert. Die Nichtbiker wanderten zum Grilltreff. Die sehr heisse Intensivwoche, die von Sibylle Allewelt, Hanspeter Schluop, Hansueli Aerne und André Walser (unterstützt von Michelle Schierle von Bike-Explorer sowie Mario Baselgia, der die Kinder mit Nussgipfel verwöhnte) betreut wurde, endete am Freitag mit einem kleinen Plauschturnier und einer Glace zum Abkühlen.