

# Træningsoversigt - 2026

- Tirsdage 17.00-18.00: Drengene U14 og U16  
18.00-19.00: Piger U14 og U16

Træningsstart tirsdag d. 5. maj

- Tirsdage 18.00-20.00: Senior selvtræning og spil

Træningsstart tirsdag d. 5. maj

- Torsdage 15.00-18.00: Ungdomstræning  
15.00-16.00: Drengene og begyndere  
16.00-17.00: Piger  
17.00-18.00: Selvtræning

Træningsstart torsdag d. 30. april

- Torsdage 18.00-19.30: Begyndere og let øvede

Træningsstart torsdag d. 7. maj

Trænere:

Christian Petersen	30 31 50 99
Henrik Jensen	21 75 92 58
Jakob Schou	25 78 14 85
Christofher Barba	22 38 21 47
Torben Sindet	30 34 02 22

Angående de forskellige hold:

## Ungdom:

Ungdomstræningen foregår som udgangspunkt i større grupper, men der arbejdes på flere baner og på flere forskellige niveauer. Det forsøges at tilgodese både det sociale og det spillemæssige, når der deles op i træningsgrupper, som også kan variere fra gang til gang.

## Senior - selvtræning og spil:

For de spillere, som har spillet tennis et stykke tid og selv kan arrangere diverse træningsøvelser og kampsituationer.

## Begyndere og let øvede:

For alle som kunne have lyst til at stifte bekendtskab med tennisspillet - stor vægt på at forsøge at få styr på diverse grundslag og grundlæggende begreber i tennis. Også spillere som gerne vil have genopfrisket diverse teknikker er velkomne.