

Namijenjeni su prvenstveno mladima i odraslima, a i za roditelje već postojećih polaznika, koji žele naučiti igrati tenis.

Za tenis se ne govori bez razloga da je sport za ljude od 7 – 77 godina jer ga igraš koliko možeš i ne treba puno osoba da bi stvorio ekipu.

1. Učenje temelja tehnike teniske igre:

1. Osnovni stavovi i hvatovi
2. Gledanje loptice
3. Zgodaj
4. Rad nogu s tehnikom kretanja i trčanja
5. Pravodobna priprema i postavljanje spram loptice
6. Ravnoteža prilikom izvođenja udaraca

Za dobre rekreativce nudimo dodatno poboljšanje igre kroz trening tehnike i sparing.

Treninzi su individualni ili u grupama, ovisno o željama i ambicijama.