

# Winterlessen 2023-2024

- **Inschrijven voor de winterlessen kan vanaf 7 augustus tot en met 20 september 2023 via [www.baselinetennisteam.be](http://www.baselinetennisteam.be)**
- De winterlessen starten op maandag 25 september 2023. **Er zijn in totaal 20 lesweken.**
- Je bent pas ingeschreven nadat we een voorschot van € 100,00 hebben ontvangen, begin september ontvang je van ons een mail over de betaling van het resterend saldo.  
(Rekeningnummer : BE96 0689 3912 2705)
- Als je je inschrijft voor onze lessen ga je akkoord met onze [algemene voorwaarden](#) (op website te vinden).
- **Vanaf 22 september 2023** zal erop onze website een voorlopige planning van de wintertrainingen staan, indien je hierover opmerkingen hebt of je voorgestelde uren passen niet, kan je ons contacteren via mail. In de mate van het mogelijke zullen wij dan een oplossing zoeken.
- **Alle lesnemers dienen aangesloten te zijn bij Tennis Vlaanderen om in orde te zijn met de verzekering!**

## Tennis

### Jeugd

#### Bewegingsschool

In de bewegingsschool gaan de kinderen op een plezierige manier bewegen en spelen in de tenniswereld. Een goede en vooral leuke voorbereiding op de verdere tennisontwikkeling. We gebruiken verschillende balsoorten: ballonnen, babyballen, mousse ballen, ...

#### Blauw 5-7 jaar

In blauw beleven we het eerste tennisplezier dankzij toffe oefeningen met de rode basisbal. Kinderen spelen op een aangepast kleiner terrein. (2.78m op 8.23m). Over de breedte van het enkelterrein.

#### Rood 7-9 jaar

De tennisbewegingen worden groter: we leren een echte tennisslag. De focus ligt op veel speken en de eerste stappen in wedstrijden spelen. Kinderen spelen over de breedte van het dubbelterrein (5.5m op 11m) met de rode softbal.

#### Oranje 9-10 jaar

De tennistactiek wordt belangrijker: je leert diep en breed spelen. Dubbelspel en bovenhandse opslag komen aanbod. Kinderen spelen op een korter en smaller terrein (18m) met een oranje bal.

#### Groen 10-12 jaar

Je kind oefent verder op mentale vaardigheden, tactiek, techniek en conditie. De slagen verfijnen en je gebruikt de groene overgangsbals. Kinderen spelen op een 21m terrein, een verkorte versie van het volledige terrein. Na groen is je kind helemaal klaar om met de gele bal te spelen op een volledig terrein.

Geel 12 tot 18 jaar

Je leert hier alle basisslagen die nodig zijn op zowel recreatief als competitief niveau een wedstrijd te spelen. Dit zowel in enkel als in dubbel.

KIDS			
Kleur		Aantal uur/week	Prijs per persoon voor 20 weken
<b>Bewegingsschool</b>	Speeltuinprincipe kidstennis	1 x 1uur/week	€ 100,00 pp
<b>Blauw</b>	Speeltuinprincipe kidstennis	1 x 1,5 uur/week	€ 150,00 pp
		2 x 1,5 uur/week	€ 280,00 pp
<b>Rood</b>	Groep met 4 personen	1 x 1,5 uur/week	€ 150,00 pp
		2 x 1,5 uur/week	€ 280,00 pp

De lessen voor Blauw/Rood zullen doorgaan op: woensdag van 16.00u tot 17.30u en op zondag van 9.00u tot 10.30u  
De lessen bewegingsleer zijn woensdag van 14.30u tot 15.30u

RECREATIE			
Kleur		Aantal uur/week	Prijs per persoon voor 20 weken
<b>Oranje</b> => leeftijd 2015 <b>Groen</b> => leeftijd 2014 en 2013 <b>Geel</b> => leeftijd 2012 en later geboren	Groep met 3 personen	1 x 1 uur/week	€ 270,00 pp
	Groep met 4 personen	1 x 1 uur/week	€ 200,00 pp
	Duotraining	1 x 1 uur/week	Info bij privé training
	Privé	1 x 1 uur/week	Info bij privé training

## Competitietraining (op woensdag en zaterdag)

Voorwaarden:      Deelname aan interclub  
                             Deelname aan 4 toernooien + 1 stage

Aanbod:            2 x 1.5 uur  
                             1 x 1 uur conditie op woensdag  
                             Profiel opmaak van speler  
                             Oudercontact

COMPETITIEPAKKET			
Kleur		Aantal uur/week	Prijs per persoon voor 20 weken
Oranje Groen Geel	Groep 3 pers.	2 x 1,5 uur/week 1 x 1 uur conditie	€ 905,00 pp
	Groep 4 pers.		€ 800,00 pp
Let op! De inschrijvingen gaan door vanaf 3 personen per kleur			

1 uur privé of per twee kan je ersteeds bijnemen.

## VOLWASSENEN

START TO TENNIS 			
Volwassenen		Aantal uur/week	Prijs per persoon voor 10 weken
	Groep met 4 pers.	1x1 uur/week	€ 90,00 pp

RECREATIE			
Volwassenen		Aantal uur/week	Prijs per persoon voor 20 weken
	Groep met 3 pers	1 x 1 uur/week	€ 270,00 pp
	Groep met 4 pers	1 x 1 uur/week	€ 200,00 pp
	Duotraining & Privé	1 x 1 uur/week	Info bij privé training

WORKOUT TRAINING			
Volwassenen		Aantal uur/week	Prijs per persoon voor 20 weken
	Groep minimum 5 personen	1 x 1 uur/week	€ 80,00 pp

PRIVÉ- OF DUOTRAINING		
	Aantal uur/week	Prijs per persoon voor 20 weken (Duotraining = prijs delen door 2)
Hoofdtrainer	1x1 uur/week	€ 800,00 pp
Initiator	1 x 1uur/week	€ 750,00 pp

LESWEKEN TENNIS					
Lesweek 1	25/9 tem 1/10	Lesweek 8	20/11 tem 26/11	Lesweek 15	29/1 tem 4/2
Lesweek 2	2/10 tem 8/10	Lesweek 9	27/11 tem 3/12	Lesweek 16	5/2 tem 11/2
Lesweek 3	9/10 tem 15/10	Lesweek 10	4/12 tem 10/12	Lesweek 17	12/2 tem 18/2
Lesweek 4	16/10 tem 22/10	Lesweek 11	11/12 tem 17/12	Lesweek 18	26/2 tem 3/3
Lesweek 5	23/10 tem 29/10	Lesweek 12	8/1 tem 14/1	Lesweek 19	4/3 tem 10/3
Lesweek 6	6/11 tem 12/11	Lesweek 13	15/1 tem 21/1	Lesweek 20	11/3 tem 17/3
Lesweek 7	13/11 tem 19/11	Lesweek 14	22/1 tem 28/1	Inhaalweken	18/3 tem 31/3

## PADELTRAININGEN

### Blauw 5 – 6-jarigen

De kinderen spelen op een half padel terrein in de breedte en leren door middel van toffe oefeningen het padelveld kennen. Gelijktijdig ontwikkelen ze ook hun balgevoel door allerlei soorten ballen te gebruiken zoals ballonnen, babyballen, mousse ballen,....Al meteen wordt de basis gelegd voor het samenspel, want op een padelveld sta je altijd met 2!

### Rood 6-8-jarigen

De basisslagen worden aangeleerd en de eerste balwisseling is een feit. We spelen nog steeds op een half padel terrein maar deze keer met een rode en oranje bal voor degene die echt snel bijleren.

### Oranje 8-10-jarigen

De stap wordt gemaakt naar het volledige padel terrein en de basisslagen worden steeds meer uitgebreid. De eerste stappen van het spelen van een wedstrijd worden gezet. We spelen met een oranje bal en voor gevorderden de groene bal.

### Groen 10-12-jarigen

Technieken worden steeds meer verfijnd en we krijgen langzaam ook de speltactieken onder de knie. Er wordt met de groene bal gespeeld en langzaam over gegaan naar de gele bal.

### Geel 12+

Tijd voor het echte werkt! De focus ligt op de transitie maken van het jeugdspel naar het spelen met volwassenen. Padeltechnieken worden verder uitgebreid en het spel wordt nu echt gespeeld. We gebruiken enkel nog de gele bal.

Kids PADEL Blauw			
Blauw	Groepstraining	Aantal uur/week	Prijs per person voor 14 weken
	3 personen	1 x 1 uur/week	€ 140,00 pp
	4 personen	1 x 1 uur/week	€ 105,00 pp

De lessen gaan door op zondag van 9.00u tot 10.00u

KIDS PADEL Rood			
Rood	Groepstraining	Aantal uur/week	Prijs per person voor 14 weken
	3 personen	1 x 1 uur/week	€ 140,00 pp
	4 personen	1 x 1 uur/week	€ 105,00 pp

De lessen gaan door op zondag van 9.00u tot 10.00u

Kids Padel Oranje			
Oranje	Groepstraining	Aantal uur/week	Prijs per person voor 14 weken
	3 personen	1 x 1 uur/week	€ 140,00 pp
	4 personen	1 x 1 uur/week	€ 105,00 pp

De lessen gaan door op zondag van 10.00u tot 11.00u

Kids Padel Groen			
Groen	Groepstraining	Aantal uur/week	Prijs per person voor 14 weken
	3 personen	1 x 1 uur/week	€ 140,00 pp
	4 personen	1 x 1 uur/week	€ 105,00 pp

De lessen gaan door op zaterdag van 11.00u tot 12.00u

Kids Padel Geel			
Geel	Groepstraining	Aantal uur/week	Prijs per person voor 14 weken
	3 personen	1 x 1,5 uur/week	€ 210,00 pp
	4 personen	1 x 1,5 uur/week	€ 160,00 pp

VOLWASSENENPADEL			
Volwassenen	Groepstraining	Aantal uur/week	Prijs per person voor 14 weken
	3 personen	1 x 1.5 uur/week	€ 210,00 pp
	4 personen	1 x 1.5u/week	€ 160,00 pp
	Duo training	1 x 1.5 uur/week	€ 315,00 pp

LESWEEKEN PADEL (alles afhankelijk van de weersomstandigheden)				
Lesweek 1	25/9 tem 1/10		Lesweek 8	29/1 tem 4/2
Lesweek 2	2/10 tem 8/10		Lesweek 9	5/2 tem 11/2

---

<b>Lesweek 3</b>	<b>9/10 tem 15/10</b>			<b>Lesweek 10</b>	<b>12/2 tem 18/2</b>
<b>Lesweek 4</b>	<b>16/10 tem 22/10</b>			<b>Lesweek 11</b>	<b>26/2 tem 4/3</b>
<b>Lesweek 5</b>	<b>23/10 tem 29/10</b>			<b>Lesweek 12</b>	<b>5/3 tem 11/3</b>
<b>Lesweek 6</b>	<b>6/11 tem 12/11</b>			<b>Lesweek 13</b>	<b>12/3 tem 18/3</b>
<b>Lesweek 7</b>	<b>13/11 tem 19/11</b>			<b>Lesweek 14</b>	<b>19/3 tem 26/3</b>