

Kozierki, 17 październik 2017r

Szanowni Rodzice

Dwa lata temu narodził się pomysł aby tenis ziemny zawitał do Grodziska Mazowieckiego w sposób profesjonalny a zarazem masowy – tak, aby wszystkie dzieci, które chciałyby spróbować swoich sił w tym pięknym sporcie mogły to zrobić. Do realizacji tego pomysłu powołana została fundacja **De Arte Athletica**, która zarejestrowała **Centralny Klub Tenisowy**, uzyskując licencję Polskiego Związku Tenisa nr LK/31/2016/MA. Pierwsi zawodnicy zaczęli reprezentować barwy Grodziska zaraz po zarejestrowaniu klubu. Więcej na www.CentralnyKlubTenisowy.pl

Do pełnej realizacji celu brakowało nam własnego zaplecza sportowego. Budowa centrum sportowo-tenisowego ruszyła w maju 2017 roku i jej pierwszy etap właśnie dobiegł końca. Mamy własny obiekt **Tenis Kozierki**, na którym możemy przeprowadzać treningi zarówno techniczne jak i ogólnorozwojowe. Posiadamy **4 korty tenisowe, kort do padła, boisko do piłki nożnej, paraboliczną ściankę treningową, strefę street workout (drążki do ćwiczeń), mega trampolinę, pół-boisko do koszykówki oraz plac zabaw dla najmłodszych. Obiekt jest całoroczny, ogrzewany zimą. Po lub przed zajęciami sportowymi możecie Państwo miło spędzić czas w naszej **Cafe Bistro**, gdzie serwujemy wyśmienitą kawę, herbatę i inne napoje a także dania obiadowe, pyszne desery, lody i nie tylko. Więcej na: www.TenisKozierki.pl**



Naszą misją jest popularyzacja tenisa i wyłanianie talentów wśród najmłodszych. Chcemy, aby jak największa ilość dzieci mogła spróbować swoich sił, aby mieli alternatywę do gier komputerowych, aby nasze dzieci mogły nawiązywać nowe przyjaźnie przez tę dyscyplinę sportu uznawaną wszakże jako sport dżentelmenów. Nie wszyscy zapewne zostaną zawodnikami wyczynowymi, nie każdy zawodnik wyczynowy wzniesie się na szczyty tego sportu jak np. Agnieszka Radwańska. Jednakże wszyscy, którzy zaczną uprawiać ten sport będą mogli aktywnie wpływać na swoją kondycję i zdrowie. Będą spędzać szczęśliwe chwile wśród innych tenisistów, niezależnie od swojego wieku – jako dzieci, dorośli i seniorzy.

Wiemy, że największą barierą jest tempo, w jakim dziś żyjemy i brak czasu – zarówno dla siebie jak i dla naszych dzieci. Dlatego też, poza samymi zajęciami sportowymi nasza fundacja oferuje bezpłatne przejazdy ze szkoły na korty wraz z powrotem do szkoły. Dzieci, które mają wolny czas lub też spędzają go na świetlicy mają od dziś alternatywę. Praca lub też inne obowiązki nie pozwalające na poświęcenie czasu na dojazdy na korty nie są już barierą. **Zorganizowaliśmy logistykę.** Do dyspozycji mamy dwa mikrobusy, które regularnie będą jeździć wg rozkładu jazdy (poniżej).



Zaczynamy od listopada !

Zapraszamy dzieci w wieku 5-14 lat. Szkolenie najmłodszych odbywa się według zasad programu Tennis 10. Program „Tennis 10” wprowadzony został przez Polski Związek Tenisowy. Został on opracowany zgodnie z wytycznymi przygotowanymi przez International Tennis Federation w ramach programu "Play & Stay" oraz rekomendowanego systemu nauczania dzieci "Tennis10's". Celem programu jest przede wszystkim ujednolicenie systemu szkolenia i rywalizacji dzieci do lat 10, a także, poprzez zmianę procesu nauczania, zachęcenie do rozpoczęcia tenisowej przygody jak największej liczby dzieci. Marzy nam się, żeby w Polsce, jak np. we Francji czy w Belgii, w systemie szkolenia i współzawodnictwa brały udział dziesiątki tysięcy najmłodszych. Żeby tenis, podobnie jak to ma miejsce np. w Hiszpanii, był dyscypliną nauczaną na lekcjach wychowania fizycznego. "Tennis 10" to nic innego, jak znane większości Państwu mniejsze korty i wolniejsze piłki, ale podane w uporządkowanej metodycznie formie oraz przyjemnej oprawie. Przekonajmy najmłodszych, ich rodziców, władze samorządowe i sportowe, że tenis jest łatwy, zdrowy, atrakcyjny, dostępny dla każdego i że można go uprawiać przez całe życie

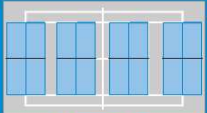
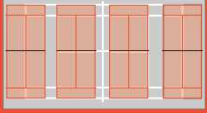
WYTYCZNE POLSKIEGO ZWIĄZKU TENISOWEGO DO PROWADZENIA WSPÓŁZAWODNICTWA W RAMACH PROGRAMU TENIS10

		POZIOM NIEBIESKI	POZIOM CZERWONY	POZIOM POMARAŃCZOWY	POZIOM ZIELONY
Kort	wymiary	Kort niebieski 8,23 x 5m	Kort czerwony 10,97 x 5,5 m	Kort pomarańczowy wąski 18 x 6,5 m	Kort pełnowymiarowy 23,77 x 8,23 m
	wysokość siatki	60-80 cm	80 cm	80-91,4 cm	91,4 cm
	kara serwisowe	brak	tak	tak	tak
	nawierzchnia	dopuszczalne jest rozgrywanie turnieju na różnych nawierzchniach	dopuszczalne jest rozgrywanie turnieju na różnych nawierzchniach oddzielnie chłopców i dziewcząt		
Piłka		gąbczasta *	czerwona	pomarańczowa	zielona
Serwis		dowolny z powietrza dopuszczalny po koźle dopuszczalny błąd stóp: wejście jedną nogą w kort	dowolny z powietrza dopuszczalny po koźle	dowolny z powietrza	dowolny z powietrza
System rozgrywek		grupowy min. 3 mecze	grupowy min. 3 mecze	grupowy lub mieszany min. 3 mecze	grupowy, pucharowy lub mieszany min. 2 mecze
Punktacja		1 tiebreak do 7 (przewaga 2 pkt.)	1 tiebreak do 10 (przewaga 2 pkt.)	1 set do 4 (przy 3/3 tiebreak do 7 z przewagą 2 pkt.) Uwaga: gra podwójna – system NO-AD	2 sety do 4 (przy 3/3 tiebreak do 7 z przewagą 2 pkt.) decydujący trzeci set tiebreak do 10 z przewagą 2 pkt. Uwaga: gra podwójna – system NO-AD

Starsze dzieci będą trenowane w oparciu o zasady Polskiego Związku Tenisa, obserwację trenerów i indywidualnego dopasowania zadań treningowych, biorąc pod uwagę postępy, częstotliwość treningów, predyspozycje i zaangażowanie młodych tenisistów.

Wszystkim chętnym wyrobimy licencje zawodników PZT. Będziemy organizować turnieje, zarówno dla najmłodszych jak i dla starszych dzieci. Będą to turnieje wpisane do kalendarza rozgrywek Warszawsko-Mazowieckiego Związku Tenisa (http://wmzt.pl/?page_id=76) jak i turniej wewnątrz klubowe.

Poza bezpłatną logistyką oferujemy także sprzęt tenisowy: rakiety, piłki, wiele innych akcesoriów, których koszty całkowicie ponosi nasza fundacja.

POZIOM	WIEK	PILKI	KORT	RAKIETY*	WSPÓŁZAWODNICTWO**	CHARAKTERYSTYKA
	do ok. 5-6 lat (początek treningów)	 piłka z gąbki	 8-9 m x 5-6 m	17 - 19" (43-48 cm)	1 tie break (do 7), wyłącznie w grupach (zwycięzca nieistotny).	Rozwój wszechstronnej sprawności fizycznej poprzez gry i zabawy. Oswajanie ze sprzętem, piłką i rakietą. Nauka podstawowych umiejętności taktycznych (utrzymanie piłki w korcie) oraz technicznych (zaw. czucie piłki oraz trafianie piłki przed sobą).
	do 7-8 lat	 75% wolniejsza od piłki żółtej	 11-12 m x 5-6 m	17 - 19/21" (43-48 cm)	1 super tiebreak lub 2 krótkie tie breaki. Wyłącznie w grupach (zwycięzca nieistotny).	Dalszy rozwój sprawności ogólnej oraz kolejnych umiejętności taktycznych („gonienie” przeciwnika), oraz technicznych (prawidłowe chwytaki oraz początki przyszłych „pełnych” uderzeń).
	do 9 lat	 50% wolniejsza od piłki żółtej	 18 m x 6,5-8,23 m	21-25" (53-63 cm)	1 set do 4 gemów. 3/3 tie break. W grupach lub system mieszany.	Kontynuacja rozwoju sprawności ogólnej, zwłaszcza szybkości i zwinności. Młodzi tenisiści stosują różnorodne sposoby rozegrania akcji we wszystkich 5 sytuacjach meczowych***, a ich gra już przypomina „dorosły” tenis.
	do 10 lat	 25% wolniejsza od piłki żółtej	 Kort pełnowymiarowy	max. 26" (do 66 cm)	2 krótkie sety (do 4 gemów), punktacja „No ad”. Super tiebreak zamiast 3-ego seta. System w grupach mieszany ew. „drabinka” (ale o miejsca).	Dalszy rozwój sprawności ogólnej i podstawowych umiejętności technicznych; utrwalać prawidłowej techniki, praca nad bardziej zaawansowanymi uderzeniami oraz wszechstronnym stylem gry. Zawodnicy potrafią zastosować wszystkie podstawowe rozwiązania taktyczne**** w poszczególnych sytuacjach meczowych.
	powyżej 10 lat	 Piłka żółta	 Kort pełnowymiarowy	26-27"	2 sety do 6 (no ad, tie break 5/5), 3 set – supertiebreak.	Po przejściu wcześniejszych poziomów zawodnik jest gotowy do treningu i rywalizacji żółtą piłką na korcie o pełnych wymiarach.

* Generalne zalecenie: głowa rakietki swobodnie trzymanej w dłoni powinna być oddalona od ziemi o ok. 5 cm.
** Generalne zalecenie: wszyscy uczestnicy każdego zawodów powinni rozegrać tę samą liczbę spotkań, możliwie na swoim poziomie.
*** Sytuacje meczowe: serwis, return, atak z dościsłem do siatki, obrona gdy przeciwnik atakuje z dościsłem do siatki, obaj zawodnicy grają z głębi kortu, z linii końcowej.
**** Rozwiązania taktyczne: utrzymanie piłki w grze, zmuszanie przeciwnika do biegania, wykorzystanie swoich silnych stron, tuszowanie słabych, zmuszanie przeciwnika do błędów poprzez wykorzystanie jego słabszych stron.

Zajęcia będą prowadzone w grupach 4 i 8 osobowych (w zależności od wieku dziecka). Można w nich uczestniczyć jeden lub dwa razy w tygodniu. Odpłatność za zajęcia będzie pobierana miesięcznie, w wysokości zależnej od ilości zajęć, według cennika:

Grupa	Zajęcia 1 raz / tydz.	Zajęcia 2 razy / tydz.
Grupa 8 osobowa	100 zł / miesiąc *	200 zł / miesiąc **
Grupa 4 osobowa	160 zł / miesiąc *	320 zł / miesiąc **

* przy czterech zajęciach miesięcznie

** przy ośmiu zajęciach miesięcznie

Odpłatność za zajęcia będzie pobierana z góry, przelewem, na konto fundacji. Będzie można też płacić on-line. Dla wygody rodziców każde dziecko będzie mogło otrzymać kartę, którą to kartą będzie można płacić za napoje czy przekąski w naszym Cafe Bistro. W ten sposób rodzice będą mieli kontrolę nad wydatkami dzieci. Zasilanie takiej karty również będzie się odbywało w systemie on-line.

Chcieliśmy stworzyć nowoczesny obiekt, wyróżniający się na mapie tenisowej Polski. I stworzyliśmy! Oczywiście obiekt to nie wszystko, najważniejsi są ludzie. Mamy pewność, że nasz zespół przyczyni się do szczęśliwego dzieciństwa Waszych pociech.

Uwalniamy pozytywną energię :)

Ze sportowym pozdrowieniem
Diane Lewandowska
Prezes Zarządu Fundacji

Prezes Zarządu

Diane Lewandowska

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Wyjazdy na zajęcia odbywają się zawsze 20 min przed pełną godziną, zajęcia trwają 1h zegarową, powrót do szkoły 30 min po zajęciach.

Rozkład jazdy mikrobusów na trasie Szkoła – Tenis Kozerki – Szkoła

Szkoła	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
SP 1	W: 13:40 P: 15:30	W: 07:40 P: 09:30 W: 12:40 P: 14:30	W: 08:40 P: 10:30	W: 08:40 P: 10:30 W: 13:40 P: 15:30	W: 07:40 P: 09:30 W: 14:40 P: 16:30
SP 2	W: 07:40...P: 09:30 W: 09:40 P: 11:30	W: 12:40 P: 14:30 W: 13:40 P: 15:30	W: 07:40 P: 09:30	W: 08:40 P: 10:30 W: 12:40 P: 14:30 W: 09:40 P: 11:30 W: 12:40 P: 14:30	
SP 5			W: 12:40 P: 14:30		
SP 6	W: 08:40 P: 10:30 W: 13:40 P: 15:30 W: 14:40 P: 16:30	W: 07:40 P: 09:30 W: 14:40 P: 16:30	W: 13:40 P: 15:30	W: 13:40 P: 15:30	W: 14:40 P: 16:30
SP Adamowizna	W: 07:40 P: 09:30 W: 09:40 P: 11:30 W: 12:40...P: 14:30	W: 13:40 P: 15:30	W: 08:40 P: 10:30 W: 09:40 P: 11:30 W: 12:40 P: 14:30	W: 07:40 P: 09:30	W: 08:40 P: 10:30 W: 13:40 P: 15:30
SP Izdebn Kośc.			W: 13:40 P: 15:30		W: 13:40 P: 15:30

W – wyjazd, P – powrót

Uwaga: Trasa może być uruchomiona przy minimalnej ilości 6 dzieci.

Wstępne deklaracje zbieramy do **20 października 2017** roku. Prosimy je przesyłać e-mailem na adres: biuro@CentralnyKlubTenisowy.pl podając następujące dane:

1. Imię i nazwisko dziecka
2. wiek / szkoła / klasa
3. wybrana trasa wg rozkładu jazdy: dzień tyg. / godz. wyjazdu
4. częstotliwość zajęć: 1 czy 2 razy / tydz.
5. Osoba zgłaszająca: imię i nazwisko / telefon / email

Dla osób zainteresowanych zorganizowane zostanie spotkanie informacyjne, na którym będą mieli okazję zapoznać się z obiektem, kadrą, uzyskać odpowiedzi na dodatkowe pytania. Na spotkaniu tym zebrane zostaną ostateczne deklaracje. Planowane **rozpoczęcie zajęć 6 listopad 2017r.**

Termin spotkania organizacyjnego: **21 październik 2017r, godz. 12:00**

Miejsce spotkania: **Tenis Kozerki, ul. Jowisz 92, Kozerki**

Mapka dojazdu:

