

FAMILIETENNIS I HELSINGE

Spil tennis med dit barn
- tennis for børnefamilier



**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**



TrygFonden

NORDEA
FONDEN

DGI



Aktiv kvalitetstid

Vi ved, at du har travlt, og at du gerne vil nå at være sammen med dit barn!

Med Familietennis kan du dyrke motion, samtidig med at du er sammen med dit barn. Og I kommer helt sikkert til at ha' det sjovt, imens I møder andre tennislade børn og forældre.

Dyrk en sund interesse!

Forskning viser, at det er sundt for barnets udvikling og idrætsinteresse at have en forælder med til idræt de første år. Familietennis kan give dig og dit barn noget at være fælles om, og noget at snakke om efter træningen.

Motorisk og lærerig udvikling!

Vidste du, at fysisk aktivitet udvikler dit barns motorik og indlæringsevne i for eksempel skolen? Familietennistrænere arbejder med balance, rytme og bevægelse i tennislege og spil, så børnene er aktive på et niveau, der passer til deres alder.

Socialt fællesskab!

På vores Familietennis-hold kommer dit barn både til at indgå i et trygt fællesskab og lære at begå sig på egen hånd. Trænerne bruger leg og sjove øvelser til at give børnene motivation og selvtillid, så de får lyst til at prøve sig selv af.

Udvid dit netværk

Mød forældre med jævnaldrende børn, der har samme interesse. Det kan måske udnyttes med fælleskørsel til træning og andre arrangementer. Og hvem ved, måske fortsætter du med at spille tennis med de andre forældre, når børnene ikke gider at have jer med mere!

Familietennis i Helsing Tennisklub

"I en travl hverdag, gælder det om sammen med familien at bruge tiden bedst muligt. Derfor har aktiviteten Familietennis vundet indpas blandt flere af landets tennisklubber, og det er nu også blevet en fast del i Helsing Tennisklub. I vores klub kan I som familie slå to fluer med et smæk, hvor I sammen får sjove oplevelser og samvær på tennisbanen, samtidig med at I får rørt jer. Familietennis i Helsing Tennisklub henvender sig primært til børn i alderen 3-9 år sammen med forældre, bedsteforældre eller ældre søskende. Vi bruger Play & Stay-konceptets langsommere tennisbolde i træningen. Det vil sige, at hver enkelt spiller lærer tennissporten at kende på det niveau, som giver mest mening." Ole Henrik Larsen fra Helsing Tennisklub.



FOTO: MAREN MATHIASSEN

Familietennis er sjovt og lærende
samvær mellem børn og forældre

3

Tidspunkt

Søndage 14/5, 21/5, 28/5, 11/6, 18/6
Kl. 9-11.

Sted

Helsinge Tennisklub
Idrætsvej 21, 3200 Helsinge.
Lige ved siden af Helsinge Hallerne.

Pris

Gratis i maj måned, derefter 500 kr. for
hele familien.

Tilmelding

Ikke nødvendig.

Kontakt

Ole H. Larsen, ole_annette@privat.dk,
23603122.

Helsinge Tennisklub

Byder dig velkommen, hvad enten du er nybegynder, øvet, erfaren eller for den sags skyld professionel.

Vi har plads til alle og tilbyder en række spændende aktiviteter.

Vi tilbyder træning for nybegyndere, juniorer, holdspillere og nu også familietennis.

Vi har åbne klubaftener hvor alle kan være med.

Vi råder over 3 super lækre grus tennisbaner der er åbne hele sommeren.

Derudover råder vi over 2 kunststofbaner der principielt er til rådighed hele året.

Vi ses i Helsinge Tennisklub!

www.helsinge-tennisklub.dk

Om Bevæg dig for livet

Bevæg dig for livet er en invitation til fællesskab, motivation og nye idéer til at dyrke idræt og motion. Det starter med dig – og involverer hele Danmark.

**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**