



GRAND SLAM TIENEN TENNIS SCHOOL & ACADEMY vzw  
*afdeling TENNIS SCHOOL*

# Winterlessen 2022–2023

*KIDS JEUGD STUDENTEN VOLWASSENEN*

Van 26/09/2022 tot half maart 2022 (18 of 20 lesweken)  
*onder leiding van gediplomeerde UTS trainers*



[www.gstsa.be](http://www.gstsa.be)

© JVDB, 2022

1



# START TO TENNIS **KIDS**

**KIDS TENNIS**



de KidsTennis opleiding bestaat uit 5 leeftijds-/vaardigheidsniveau's

WIT (3\*-4 jaar, °2019-°2018) kleutertennis

BLAUW (4-5 jaar, °2018-°2017) kleutertennis

ROOD (5-7 jaar, °2017-°2016)

ORANJE (7-9 jaar, °2016-°2014)

GROEN (10-11 jaar, °2013-°2012)

de vermelde leeftijden zijn richtleeftijden met 2023 als referentiejaar en kunnen licht variëren in functie van de vaardigheden van elk kind

WIT 3\* JAAR : in functie van maturiteit, kindjes moeten zelfstandig kunnen meespelen

in elke kleur vanaf BLAUW is er een niveau START en GO (voor matig-gevorderden)

in ORANJE en GROEN is er ook een niveau CLUB (voor gevorderde wedstrijdspelertjes)

per kleur worden  
de terreintjes groter  
de tennisracketjes (gratis gebruik in START) langer  
en de tennisballen zwaarder

de kinderen leren met een uitgekiend programma stap voor stap op een **correcte en leuke manier** vaardig bewegen, omgaan met ballen en tennissen

**vaardig bewegen** : lopen met richtings-en ritmeveranderingen, versnellingsvormen, wendbaarheid, huppelen, hinken, kaatsen, springvormen, evenwicht, lichaamscoördinatie, oriëntatievermogen, reageren en anticiperen,...

**omgaan met ballen** : werpvormen, vangvormen, rollen, mikken, dribbelen, jongleren, ...

**tennissen** : van eenvoudig tiktennis tot uitgebouwde slagprofielen, ontwikkeling van eenvoudige tactische concepten (van lukken tot doen bewegen), fairplay, telvormen,...

richtleeftijd en kleur	lesniveau	mogelijke lesmomenten (een les duurt 1 uur)	richtlijn aantal lesvolgers per lesgroep	lesgeld voor 18/20 lesweken (1 lesuur/week)	korting op lesgeld indien 2de lesuur/week
WIT (3-4 jaar, °2019-°2018)	START	woensdag tussen 14 en 16 uur, vrijdag tussen 16.30 en 18.30, zaterdag tussen 9 en 11 uur	6	€175/€195	nvt
BLAUW (4-5 jaar, °2018-°2017)	START of GO	woensdag tussen 14 en 16 uur, vrijdag tussen 16.30 en 18.30, zaterdag tussen 9 en 11 uur	6	€175/€195	2e lesuur : -€10
ROOD (5-7 jaar, °2017-°2016)	START of GO	ma-di-do-vr tussen 16.30 en 18.30 uur, woensdag tussen 14 en 16 uur, zaterdag tussen 9 en 11 uur	4	€265/€295	2e lesuur : -€10
ORANJE (7-9 jaar, °2016-°2014)	START of GO of CLUB	ma-di-do-vr tussen 16.30 en 18.30 uur, woensdag tussen 14 en 18.30 uur, zaterdag tussen 9 en 14 uur	4	€315/€345	2e lesuur : -€10
GROEN (10-11 jaar, °2013-°2012)	START of GO of CLUB	ma-di-do-vr tussen 16.30 en 18.30 uur, woensdag tussen 14 en 18.30 uur, zaterdag tussen 9 en 14 uur	4	€315/€345	2e lesuur : -€10

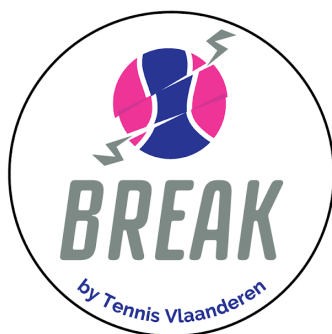
18 lesweken : op zaterdag

20 lesweken : op weekdagen (ma-di-wo-do-vr)

Er zijn geen tennislessen tijdens de officiële schoolvakantie weken (Herfst, Kerst, Krokus).



# 2



## JEUGD TENNIS

de Jeugd Tennis opleiding bestaat uit 3 leeftijds- en 3 vaardigheidsniveau's

U13 : geboren in °2010-°2011 / START - GO - CLUB niveau

U15 : geboren in °2008-°2009 / START - GO - CLUB niveau

U18 : geboren in °2005-°2007 / START - GO - CLUB niveau

START : aanleren van de basisslagen en eenvoudige spelvormen

GO : spelniveau optillen tot recreatief clubtennis en -wedstrijdvormen

CLUB : een wedstrijdspeler worden (U13 en U15 : jeugdinterclub TCGS 2023 aanbevolen)

**Break** is het tennisprogramma van Tennis Vlaanderen in een omgeving die tennis aantrekkelijk blijft houden voor tieners en studenten :

- Een clubomgeving waar tieners graag zijn;
- Een lesaanpak die hen aanspreekt;
- Een sterk tienerteamgevoel;
- Ruimte voor inspraak en samenwerking met de tieners in de club.

richtleeftijd en kleur	lesniveau	mogelijke lesmomenten	richtlijn aantal lesvolgers per terrein	lesgeld voor 18/20 lesweken (1 lesuur/week)	korting op lesgeld indien 2de of 3de lesuur/week
<b>TIENERS (12-18 jaar, °2011-°2005)</b>	<b>START of GO of CLUB</b>	ma-di-wo-do tussen 16.30 en 18.30 uur, woensdag tussen 16 en 19.30 uur, vrijdag tussen 16.30 en 19.30 uur, zaterdag tussen 11 en 14 uur	4	€315/€345	NVT

18 lesweken : op zaterdag

20 lesweken : op weekdays (ma-di-wo-do-vr)

Er zijn geen tennislessen tijdens de officiële schoolvakantie weken (Herfst, Kerst, Krokus).



# 3



## STUDENTEN en VOLWASSENEN TENNIS

de VOLWASSENEN opleiding bestaat uit 3 vaardigheidsniveau's

START TO TENNIS

GO TENNIS (gevorderden)

CLUB TENNIS (wedstrijdspelers +25 punten)

START : aanleren van de basisslagen en eenvoudige spelvormen



GO : spelniveau optillen tot recreatief clubtennis en -wedstrijdvormen

CLUB : een sterkere wedstrijdspeler worden

STUDENTEN (studentenkaart) : geboren in \*2004-einde studietijd / alleen CLUB niveau  
studentenprogramma : vrijdag of zaterdag in functie van groep samenstelling

richtleeftijd en kleur	lesniveau	mogelijke lesmomenten	richtlijn aantal lesvolgers per lesgroep	lesgeld voor 18 lesweken (1 lesuur/week)
<b>VOLWASSENEN</b> (vanaf 25 jaar)	START of GO of CLUB	ma-di-wo-do van 18.30 tot 19.30 uur of van 21.30 tot 22.30 uur	4	€385
<b>STUDENTEN</b>	CLUB	vr van 18.30 tot 19.30 of zaterdag namiddag (af te spreken)	4	€295:14 lesweken (geen lessen in januari)

18 lesweken : op zaterdag

20 lesweken : op weekdays (ma-di-wo-do-vr)

Er zijn geen tennislessen tijdens de officiële schoolvakantie weken (Herfst, Kerst, Krokus).



## NUTTIGE INFO VOOR ALLE LESVOLGERS

**1 iedere lesvolger dient aangesloten te zijn bij Tennis Vlaanderen** (jaarverzekering ongevallen geldig tot 31/03/2023, eenmalig te betalen met het lesgeld indien nog niet gebeurd : °2019-°2014 : €7,38 ; °2013-°2004 : €11,22 ; °2003 en ouder : €17,09 ; wie nog niet aangesloten is, wordt dus voor aanvang van de lessenreeks verzekerd via GSTSA

**2 nieuwe kandidaten komen best naar de gratis kennismakingstest** (inschatting van het tennisniveau) op woensdag 31/08 : kids om 16.30 uur, tieners om 17 uur, volwassenen om 17.30 uur : hiervoor schrijf je online in via het formulier op de gtsa website ; deze sessies gaan door op de indoor tennisterreinen, dus ook bij regenweer

**3 voor nieuwe lesvolgers (kids, tieners, volwassenen) zijn gtsa tennisrackets gratis in bruikleen** tijdens de tennislessen, in afwachting van een eigen aanschaf ; de gtsa trainers geven tijdens de lessen het nodige advies voor een goede aankoop

**4 lesgroepen worden georganiseerd mits voldoende spelers in de groep**, dit aantal mag maximaal 1 lager liggen dan de aangegeven richtlijn (zie tabellen)

**5 tennisschool kledij** kan afzonderlijk aangekocht worden via de gtsa website

**6 de GSTSA algemene lesvoorwaarden** zijn gepubliceerd op de gtsa website en van toepassing op iedere lesvolger en voor minderjarigen ook diens verantwoordelijke ouders/voogd

**7 GSTSA houdt eraan, in ieders belang, om de Covid-19 veiligheidsmaatregelen strikt op te volgen**

**8 lesvolgers die zomerlid 2022 (en Tennis Vlaanderen aangesloten) zijn in RRTC (Royal Racing Tennis Club Tienen) en de winterlessen volgen op Sportcentrum GS onder leiding van GSTSA zijn tijdens het winterseizoen 2022-2023 onderworpen aan de GSTSA en Sportcentrum GS huishoudelijke reglementen, leiding, organisatie, communicatie en administratie, dit in overeenstemming met het tussen deze partijen in 2022 afgesloten overeenkomst.**

gebruik

[www.gtsa.be](http://www.gtsa.be)

voor al je lesinfo en inschrijvingen

gebruik

[gtsa.tennis@gmail.com](mailto:gtsa.tennis@gmail.com)

voor al je communicatie



# INSCHRIJVEN VOOR DE GSTSA WINTERLESSSEN

1 schrijf jezelf of je kind in : via het online inschrijvingsformulier op de gsts website ([www.gsts.be](http://www.gsts.be)) in het menu “lessen” en dit voor 06/09/2022

2 de lesgroepen worden opgemaakt vanaf 07/09

3 je ontvangt de lesmail met je lesu(u)r(en) ten laatste op 22/09

4 het lesgeld (zie lesmail) dient betaald te zijn voor je eerste tennisles op de GSTSA-bankrekening

5 de tennislessen starten in de week van 26/09 en verlopen volgens de leskalender op de gsts website

**6 GSTSA ACADEMY  voor geselecteerde competitiespelers-jeugd:  
aparte info te verkrijgen op aanvraag**

## GSTSA vzw

tennis locatie : Tennisstraat 3, 3300 Tienen  
(Sportcentrum GS)

tel : 016 811 911

zetel - secretariaat : Heikant 44, 3390 Houwaart

tel : 016 634 911

gsm : 0498 15 38 73 (voorzitter)

email : [gsts.tennis@gmail.com](mailto:gsts.tennis@gmail.com)

website : [www.gsts.be](http://www.gsts.be)

Ondernemingsnummer : 0635.845.490 - RP

Bankrekening : BNP Paribas Fortis BE06 0017 6588 7222

