

Leitfaden Aktionsideen für Deutschland spielt Tennis

Aktionsideen für deine Saisoneröffnung

Schnuppertennis/Bring-a-friend

Tennisinteressierte sollen sich ausprobieren! Bei der Saisoneröffnung können sie mit einem:r Trainer:in ein paar Bälle wechseln. Es bieten sich die Einsteigerkonzepte des DTB an: TennisXpress und Talentinos. Weitere Informationen findest du [hier](#). Am Tag der Saisoneröffnung kann ebenso von der Aktion „Bring-a-friend“ Gebrauch gemacht werden. Bereits bestehende Mitglieder können Bekannte/Freunde für ein Schnuppertraining mitbringen und nach Abschluss einer Mitgliedschaft auf beiden Seiten profitieren. Für einen bestimmten Zeitraum kann eine vergünstigte Mitgliedschaft angeboten werden.

Talentinos Schnupperstunde

Kinder für den Tennissport begeistern und langfristig an die Vereine binden? Einen leichten Einstieg und viel Spaß vom ersten Training an? Viele Fragen, eine Antwort: Talentinos – das Tenniskonzept für Kinder! Schau vorbei auf www.kinder.tennis.de und melde deinen Verein als kostenlosen Basis-Club oder kostenpflichtigen Premium-Club an! Eine beispielhafte Talentinos-Schnupperstunde für Grundschüler und eine Talentinos-Schnupperstunde für Kindergartenkinder findest du [hier](#) unter den Downloads.

DTB Tennis-Sportabzeichen

Das DTB Tennis-Sportabzeichen ist das Leistungssportabzeichen im Bereich Breitensport und richtet sich sowohl an Kinder und Jugendliche als auch an Erwachsene jeden Spielniveaus. Die Übungsbeschreibung und Prüfkarten findest du zum Download im [Vereinsportal](#). Urkunden und Ansteckpins /Medaillen kannst du [hier](#) bestellen. Aufschlagen, Gold holen!

Cardio Tennis

Mit Cardio Tennis den Herz-Kreislauf trainieren. In einem Warm-Up wird das Herz-Kreislauf-System der Spieler:innen hochgefahren. Das anschließende Workout wird im Rhythmus der Musik durchgeführt. Beispielhafte Übungen sind Seilspringen, durch die Leiter laufen oder auch kleinere Punktspiele. Kurz vor dem Ende der Einheit wird das Cool Down zu etwas ruhigerer Musik angelangt. Hierbei wird die Herzfrequenz zum Ende der Trainingseinheit wieder in Richtung des Ruhepulses verlagert.

Tennis Xpress

Tennis Xpress ist ein einfaches und motivierendes Programm, das Erwachsene mit viel Spaß in die Sportart Tennis einführt. Hierbei steht das Vermitteln der Spielfähigkeit an vorderster Stelle. Der:die Anfänger:in erfährt bereits in der ersten Stunde die Spielidee und beherrscht

am Ende des Kurses die grundlegenden Techniken, Regeln und die Taktik des Tennissports. Weitere Informationen findest du [hier](#).

Beach Tennis / Padel Tennis

Beach Tennis verspricht Summerfeeling und eine Menge Spaß, ebenso das actionreiche Padel Tennis. Es ist daher eine optimale Ergänzung im Tagesprogramm. Sollte die Vereinsanlage nicht über ein Beachfeld und/oder ein Padel-Court verfügen, können mit Hilfe eines kleinen Multifunktionsnetzes und mit Paddle-Schlägern / Padel-Schlägern dennoch erste Spielerfahrungen gesammelt werden. Weitere Informationen findest du unter vereine.tennis.de/beach/padel.

Aktionstag als Familienfest

Familien-, Stadtteil- und Dorffeste sind ein beliebter Treffpunkt und sorgen für besondere Unterhaltung. Überlege dir, ob du zum Beispiel in Zusammenarbeit mit der lokalen Freiwilligen Feuerwehr, einem Bürgerverein oder deinem Wohnort den Aktionstag zum Fest für alle machst. Dabei kannst du auf übliche Unterhaltungselemente wie Hüpfburgen, Kinderschminken, Getränkestände und Grillbuden setzen.

Aufschlagmessung

Besonders bei fortgeschrittenen Spieler:innen kommt die Messung der Aufschlaggeschwindigkeit immer gut an. Die Vereinsmitglieder haben die Chance, ihre Aufschlaggeschwindigkeit mit der von Spitzenspielern zu vergleichen. Ein Geschwindigkeitsmesser, am Netz angebracht, zeigt auf einem Bildschirm die Geschwindigkeit an, die der Ball hat, wenn er das Netz überquert. So sieht der:die Spieler:in direkt seine Aufschlaggeschwindigkeit.

Ball- und Bewegungsschule

Eine Ball- und Bewegungsschule bietet einen spielerischen Einstieg in Ballsportarten. Mit Elementen aus unterschiedlichen Sportarten und Materialien wie Bälle, Kinderschläger, Luftballons, Hütchen und Reifen erhalten die Kinder eine allgemeine motorische Grundlagenausbildung. Mit dem Konzept „Ballmagier“ kannst du ein Ballschultraining für 4- bis 6-jährige Kinder zielgerecht umsetzen. Auf spielerische Art werden die Grundlagen für einen erfolgreichen Einstieg in das Kleinfeldtennis geschaffen. Unterrichtsmaterialien und Spielformen findest du auf kinder.tennis.de, im [Vereinsportal](#) und auf den Webseiten der Landesverbände.

(Freies) Training für Vereinsmitglieder

Denke an deinem Aktionstag nicht nur an potenzielle Neumitglieder. Auch den bestehenden Mitgliedern solltest du ein Angebot machen. Reserviere einen Trainingsplatz für deine

Mitglieder für ein freies Training oder für eine kostenfreie Stunde mit dem:der Vereinstrainer:in.

Tennisolympiade

Alle Aktionsideen kannst du auch zu einer kleinen Tennisolympiade zusammenbringen. Jede:r Teilnehmer:in kann einen kleinen Laufzettel für die unterschiedlichen Stationen bekommen und diese der Reihe nach abarbeiten. Am Ende des Tages kannst du eine kleine Siegerehrung abhalten, bei der die Teilnehmer:innen kleine Preise gewinnen können, wie zum Beispiel eine Urkunde oder einen Pokal.

Schaffe einen Mehrwert für deine Besucher:innen

Begrüßungsgeschenk

Jede:r Besucher:in erhält im Eingangsbereich ein Begrüßungsgeschenk. Dies kann vom Anstecker über den Kugelschreiber bis hin zu einer Tüte mit verschiedenen Kleinigkeiten (Sachspenden ansässiger Firmen) oder Verzehrgutscheinen für den Aktionstag reichen.

„Besucher“-Gewinnspiel

Wie im vergangenen Jahr haben wir mit unseren Partnern für euch wieder ein nationales Gewinnspiel für deine Besucher:innen und Tennisinteressierte organisiert. In deinem Vereinspaket findest du 5 Gewinnspielplakate mit einem QR-Code, die während der Saisonöffnung auf der Anlage aufgehängt werden können. Die Besucher:innen können sich anhand des darauf abgebildeten QR-Codes für das große Gewinnspiel registrieren und haben dann die Chance auf tolle Preise! Alle Informationen findest du unter deutschlandspielttennis.de. Eine Teilnahme ist ab dem Startwochenende von „Deutschland spielt Tennis“ möglich.

Live-Musik

Eine besondere Note erhält dein Aktionstag durch Live-Musik. Höre dich in deinem Verein um, ob es aktive Musiker:innen gibt, sprich Schulen und Vereine an, ob diese eine Band haben, die an deinem Aktionstag auftreten möchte. Eine gute Möglichkeit, an talentierte Musiker:innen zu kommen, bieten dir auch Portale wie SofaConcerts. Ganz wichtig: Wenn du auf Live-Musik setzt, kommuniziere dies über deine Kanäle als besonderes Highlight.

Tennisquiz

Kinder, aber auch Erwachsene, demonstrieren gerne ihr sportliches Wissen. Bei einem Tennisquiz können die „Cracks“ zeigen, was sie über das internationale Tennisgeschehen, Tennisgeschichte und den eigenen Verein wissen. Ein beispielhaftes Tennisquiz findest du unten angefügt.

Tombola

Mit einer Tombola kannst du zum Beispiel das Budget für deine Jugendarbeit aufstocken. Als Hauptpreis eignet sich eine kostenlose Trainerstunde. Für sonstige Preise kannst du bei ansässigen Firmen nach Give-Aways und Sachspenden fragen.

Wettkämpfe und Turnierformen

Einzelturnier

Beschränke die Spieldauer, indem du eine feste Spielzeit oder maximale Anzahl an Punkten festlegst. So erreichst du eine kürzere Dauer pro Spiel und kannst eine Vielzahl an Turnierteilnehmer:innen unterbringen.

Mixed-Turniere

Besonders unterhaltsam sind Eltern-Kind-Turniere oder Mixed-Turniere mit zugelosten Paarungen aus Spieler:innen des Vereins verschiedener Alters- und Leistungsklassen.

Show Matches

Findet am Tag der geplanten Saisonöffnung bereits das erste Punktspiel statt, dann wirb damit: Attraktives Tennis auf deiner Anlage begeistert und animiert das Publikum. Zusätzlich können Showmatches zwischen Jugendlichen und Spieler:innen der 1. Damenmannschaft/ Herrenmannschaft ein Programmpunkt sein. Vielleicht ist es möglich, ein Match zwischen Spieler:innen verschiedener Vereine zu organisieren oder eine:n Profi- oder Kaderspieler:in aus der Region zu engagieren.

Schleifchenturnier

Schleifchenturniere können im Mixed und Doppel durchgeführt werden. Es werden Paarungen unterschiedlichen Spielniveaus gebildet, sodass auch Einsteiger:innen und Wiederanfänger:innen mit geübten Spieler:innen ein Match spielen können. Nach jeder Runde werden die Paarungen neu gemischt, für jeden Sieg gibt es ein Schleifchen. Am Ende spielen die Paare mit den meisten Schleifchen um den Sieg.

Unternehmenscup beim Aktionstag

Lade Unternehmen und Institutionen (Behörden, Feuerwehr, Kliniken, etc.) an deinem Aktionstag zu einem Spaßturnier ein. Gespielt wird in Mannschaften gegeneinander. Du gestaltest den Wettbewerb so, dass vom Beginner bis zum:r aktiven Tennisspieler:in jede und jeder mitmachen kann. Beginner treten beispielsweise in Geschicklichkeitsspielen gegeneinander an oder spielen gegen aktive Tennisspieler:innen mit einem Handicap (diese

müssen zum Beispiel mit ihrem „ungewohnten“ Arm spielen). Am Ende des Wettbewerbs krönst du das siegreiche Unternehmen zum:r Gewinner:in deines Unternehmenscups.

Spaßspiele - spielend Tennis lernen

Familienolympiade/Koordinationsparcours

Auf nebeneinanderliegenden Tennisplätzen werden Stationen mit Koordinationsübungen für Familien aufgebaut. Je nach Teilnehmerzahl können die Übungen variiert werden. Ein Koordinationsparcours könnte so aussehen: 1. Ballstaffel, 2. Zielwerfen, 3. Zielschießen, 4. Slalomparcours, 5. Geschicklichkeitsübungen mit Tennisball und -schläger auf dem Kleinfeld. Alternativ zu der Familienolympiade ist auch ein Duell „Kinder gegen Eltern“ eine spannende und lustige Unterhaltung.

Freeze-Spiel

Hierbei steht eine Person am Netz, mit dem Rücken der Grundlinie zugewandt. Diese Person macht Tennis-Übungen vor, die die anderen als „Schatten“ nachmachen. Die Person am Netz dreht sich irgendwann um und die „Schatten“ dürfen sich dann nicht mehr bewegen. Um einen Wettkampf in das Spiel einzubauen, können die Personen, die sich noch bewegen, für die aktuelle Runde ausgeschlossen werden. Gewonnen hat die Person, die bis zum Ende übriggeblieben ist.

Freeze-Spiel-Wettlauf

Eine Person steht am Netz und die übrigen Mitspieler stehen an der Grundlinie mit einem Schläger und einem Ball. Die Spieler an der Grundlinie tragen den Ball auf dem Schläger in Richtung Netz. Jedes Mal, wenn sich die Person am Netz – auf ein vorher abgestimmtes Kommando, wie z.B. „1, 2, 3 ... Tennisball“ – umdreht, müssen die anderen Spieler stehen bleiben. Bewegt sich eine Person oder fällt der Ball vom Schläger, muss diese Person zurück an die Grundlinie und startet mit einem Rückstand von dort neu. Gewonnen hat die Person, die als erste am Netz ankommt.

Linienrollen

Ziel bei diesem Spiel ist es, den Tennisball von einem für alle festgelegten Startpunkt so nah wie möglich an eine Linie auf dem Platz zu rollen. Als Abwandlung können auch Teams gegeneinander antreten und, ähnlich wie beim Curling, nacheinander mehrere Bälle so nah wie möglich an ein Ziel rollen. (Dies könnte auch als Turnier ausgetragen werden.)

Tennis Pong

Gespielt wird in zwei Teams gegeneinander. Die Teams stehen sich an der T-Linie gegenüber. Jedes Team hat zu Beginn 6 Behälter, im besten Fall leere Balleimer, vor sich stehen. Die Teams

versuchen abwechselnd mit einem Tennisball die Eimer des anderen Teams zu treffen. Wird ein Eimer getroffen, wird er aus dem Spiel genommen. Gewonnen hat die Mannschaft, die zuerst alle Eimer des anderen Teams getroffen hat. Die Bälle können geworfen oder, um es schwieriger zu gestalten, geschlagen werden. In der Mitte des Spielfeldes sollte sich das Netz befinden, die Entfernung der Behälter zum Netz bestimmst du selbst.

Tennisbälle transportieren

Wie viele Tennisbälle können in der Hand, auf dem Schläger oder mit anderen Hilfsmitteln transportiert werden? Hier kannst du kreativ werden und dir Regeln und ggf. einen Parcours für das Spiel ausdenken. Geeignet ist diese Aktion für Kinder sowie Erwachsene. Auch ein Wettkampf „Kinder gegen Erwachsene“ kann spannend sein und verspricht viel Spaß.

Tennis-Torwand

Die ZDF-Torwand kennen wir alle. Nutze die Idee für deine Saisonöffnung! Alles, was du brauchst, ist eine Torwand. Dann kann es losgehen. Jede:r Spieler:in erhält 6 Schläge, um den Ball unten und oben zu versenken. Für die Glücklichen, die 6 Treffer haben, kannst du dir – mit den Sponsoren/Partnern deines Vereins – Preise überlegen.

(Tisch-)Tennis-Doppel

Eine Spielform für Rückkehrer:innen zum Tennis mit einer kleinen Herausforderung. Hierbei wird das herkömmliche Doppel ein wenig verändert. Jedes Team erhält nur einen Tennisschläger und dieser muss nach jedem Schlag mit dem Partner gewechselt werden. Dies erfordert eine gute Kommunikation und Koordination zwischen den Mitspieler:innen auf dem Platz. Der Ball kann per Aufschlag eines Teams ins Spiel gebracht werden oder durch eine:n Trainer:in eingespielt werden.

Tennis-Parcours

Bei dieser Übung sind Schnelligkeit, Beweglichkeit und auch Geschicklichkeit gefragt. Die Teilnehmer:innen absolvieren einen festgelegten Parcours, der mit Hütchen, Stangen oder ähnlichen Gegenständen abgesteckt wird. Für eine erhöhte Schwierigkeit kann auch gerne eine Koordinationsleiter eingebaut werden. Jede:r hat einen Tennisschläger und einen Ball und balanciert diesen durch den Parcours. Ziel ist es, den Ball nicht zu verlieren. Zusätzlich kann das Spiel auch als Wettrennen zwischen zwei Teams oder auf Zeit durchgeführt werden.

Weitere Spielideen

- Tennisbälle in verschiedene Ziele werfen bzw. schlagen.
- Kleinfeld-Spiele (Doppel oder Runde. Um den Spaßfaktor zu erhöhen, können sich immer 2 Leute an den Händen halten und ein Team bilden.)
- Ball auf dem Schläger hochhalten (Wer schafft es am längsten?)
- Bälle schätzen (Wer errät die richtige Summe? Wer ist am nächsten dran?)

Beispielhaftes Tennisquiz

Frage	Antwort
Nenne die vier Grand-Slam-Turniere.	Australian Open, French Open (Roland Garros), Wimbledon, US Open.
Was ist ein Golden Slam?	Siege bei allen vier Grand Slam-Turnieren sowie den Olympischen Spielen innerhalb eines Kalenderjahres.
Steffi Graf schaffte einen Golden Slam im Jahr ...	1988
Wie lautet in der internationalen Zählweise die Bezeichnung für "Null" bei einem Stand 0:15?	Love
Was bedeutet No-Ad?	Bei Einstand auf die Vorteilsregel zu verzichten (no advantage). In der Umsetzung bedeutet No- Ad, dass bei Einstand (40:40) der nächste Punkt zum Spielgewinn entscheidet, folglich nicht mehr zwei Punkte Vorsprung nötig sind.
Tennis gehörte bereits bei den ersten Spielen der Neuzeit 1896 in Athen und dann bis 1924 zu den olympischen Sportarten. Danach war Tennis nicht Teil der Olympischen Spiele. Ab wann wurde Tennis erneut Teil der Olympischen Spiele?	Nach 64-jähriger Unterbrechung und der Zulassung von Profisportlern war Tennis 1984 in Los Angeles Testwettbewerb und 1988 in Seoul wieder olympisch.
In welchem Jahr konnte zuletzt eine olympische Goldmedaille für Deutschland gewonnen werden?	2021 in Tokyo– Alexander Zverev im Einzel.
Als Große Meden-Spiele werden die Mannschaftsmeisterschaften der Verbände bei den Herren bezeichnet. Wie heißen die Meisterschaften bei den Damen offiziell?	Große Poensgen-Spiele. Diese wurden erstmalig 1939 ausgetragen und sind zu Ehren des 1949 verstorbenen 1. Vorsitzenden und Gründers des bekannten Rochus-Clubs in Düsseldorf, Dr. H. C. Poensgen, gegründet worden.

<p>Wen bezeichnet man als die „Handsome Eight“?</p>	<p>Die ersten acht offiziellen Tennisprofis nannten sich „Handsome Eight“. Sie wurden 1968 vom amerikanischen Milliardär Lamar Hunt für seine World Championship Tennis-Tour (WCT) verpflichtet. Die Handsome Eight waren Dennis Ralston, Roger Taylor, Tony Roche, Pierre Barthes, John Newcombe, Niki Pilic, Butch Buchholz und Cliff Drysdale.</p>
<p>Fred Perry gewann Wimbledon drei Jahre in Folge. Welche Jahre waren das?</p>	<p>1934, 1935 und 1936</p>
<p>Wie heißt die Vereinigung der professionellen Tennisspielerinnen?</p>	<p>Women’s Tennis Association (WTA)</p>
<p>Wie heißt die Vereinigung der professionellen Tennisspieler?</p>	<p>Association of Tennis Professionals (ATP)</p>
<p>Weitere Fragen zum eigenen Verein: Wann wurde dein Verein gegründet? Wer ist der 1. Vorsitzende/die 1. Vorsitzende deines Vereins? Wie viele Mitglieder hat dein Verein? ...</p>	