

POROČILO Z REPREZENTANČNIH PRIPRAV TENIS SLOVENIJA V KATEGORIJI DEČKI DO 13 LET

Datum priprav: **sobota 22.10.2022**

Kraj priprav:

Dvorana (tepih granulat) ŽTK Maribor

Vabljeni tekmovalci:

1	Semenič Patrik
2	Štor Aljaž
3	Konečnik Lan
4	Šuštaršič Kalin Nejc
5	Pučko Maks
6	Zorko Nal
7	Kolarič Martin
8	Lalič Liam

Manjkal je Svit Suljič

Trenerja:

- Aleš Germič
- Tomaž Berendijaš



TENIS
SLOVENIJA

**Gibaj,
mladina!**



Urnik priprav:

Zbor: sobota 22.10.2022 ob 8:30 ŽTK Maribor

8:30-9:00 Kondicijski trening, ogrevanje, atletska abeceda, aktivacija

9:00-11:00

Teniški trening

11:30

Skupno kosilo

13:00-15:00

Teniški trening

15:00

Zaključek priprav

V uvodu smo na pripravah opravili splošno ogrevanje v obliki teka, gimnastičnih vaj in atletske abecede, nato pa še specifično ogrevanje z vajami za koordinacijo in aktivacijo. Na dopoldanskem treningu smo se posvetili treningu zanesljivosti iz osnovne črte, igre pri mreži v povezavi s preходом na mrežo in igri na točke brez servisa. Na popoldanskem treningu so se dečki pomerili v medsebojnih srečanjih dveh skupin posamezno in dvojice. Poudarek je bil na pravilnem postavljanju v igri dvojic ter taktični igri na tepih granulat podlagi v tekmah posamezno.

STROŠKI PRIPRAV

Skupni stroški enodnevnih priprav za osem igralcev znašajo 725 eur. Vse stroške priprav krije Tenis Slovenija. V evidenco vložka Tenis Slovenije za reprezentante bo zavedeno 90 eur na reprezentanta.

Razdelilnik stroškov za en dan priprav:

1. Igrišča 13 ur * 15 eur =	195 eur
2. Žoge 21 žog =	40 eur
3. Kosilo 10x12eur =	120 eur
4. Trenerja honorar 2*125eur=	250 eur
5. Majice 8x (15 eur majica)=	120 eur
SKUPAJ	725 eur

ZAKLJUČEK

Namen priprav je bil združevanje najboljših slovenskih tekmovalcev v kategoriji do 13 let, medsebojno pomerjanje v igri posamezno ter skupna vadba dvojic kot priprava za prihajajoče reprezentančne nastope.

Namen priprav je bil dosežen.

Pohvalil bi vse prisotne tekmovalce na pripravah za prizadevnost in borbenost.

POROČILO Z REPREZENTANČNIH PRIPRAV TENIS SLOVENIJA V KATEGORIJI DEKLICE DO 13 LET

Datum priprav: **nedelja 23.10.2022**

Kraj priprav:

Dvorana (tepih granulat) ŽTK Maribor

Vabljene tekmovalke:

1	Peternel Zoja
2	Yaneva Veritsa
3	Fleischman Jerca
4	Štor Nika
5	Semenič Karolina
6	Stražar Hana
7	Kovačevič Sara

Manjkala je zaradi poškodbe Pika Lamovšek

Trenerja:

- Aleš Germič
- Daniel Šantl



TENIS
SLOVENIJA

**Gibaj,
mladina!**



Urnik priprav:

Zbor: nedelja 23.10.2022 ob 10:30 ŽTK Maribor

10:30-11:00 Kondicijski trening, ogrevanje, atletska abeceda, aktivacija

11:00-13:00

Teniški trening

13:30 Skupno kosilo

15:00-17:00 Teniški trening

17:00 Zaključek priprav

Najprej smo na pripravah opravili splošno ogrevanje v obliki teka, gimnastičnih vaj in atletske abecede, nato pa še specifično ogrevanje z vajami za koordinacijo (lestvica) in aktivacijo. Na dopoldanskem treningu smo se posvetili treningu zanesljivosti iz osnovne črte, igre pri mreži v povezavi s prehodom na mrežo in igri na točke brez servisa.

Na popoldanskem treningu so se deklice pomerili v medsebojnih srečanjih posamezno vsaka s vsako. Poudarek popoldanskega treninga je bil taktična igra na tepih granulat podlagi v tekmah posamezno.

STROŠKI PRIPRAV

Skupni stroški enodnevnih priprav za šest igralk znašajo 698 eur. Vse stroške priprav krije Tenis Slovenija. V evidenco vložka Tenis Slovenije za reprezentantke bo zavedeno 99 eur na reprezentantko.

Razdelilnik stroškov za en dan priprav:

1. Igrišča 13 ur * 15 eur =	195 eur
2. Žoge 21 žog =	40 eur
3. Kosilo 9x12eur =	108 eur
4. Trenerja honorar 2*125eur=	250 eur
5. Majice 7x (15 eur majica)=	105 eur
SKUPAJ	698 eur

ZAKLJUČEK

Namen priprav je bil združevanje najboljših slovenskih tekmovalk v kategoriji do 13 let, kot medsebojno tekmovalno primerjanje v tekmovalno prostem vikendu in priprava za prihajajoče reprezentančne nastope.

Namen priprav je bil dosežen.

Pohvalil bi vse prisotne tekmovalke na pripravah za prizadevnost in borbenost.

Maribor, 24.10.2022

Marko Por, kapetan mladinskih reprezentanc