

In zwei Altersstufen - im Talentino Team und im Pro Team - bieten wir für die unterschiedlichen Zielsetzungen, passende und individuelle Trainingsprogramme. Motivierte und ambitionierte Kinder und Junioren haben die Möglichkeit in einem leistungsorientierten Umfeld zu trainieren und sich neben dem Tennistraining (Technik und Taktik) in den Bereichen Athletik (Kondition und Koordination), Psyche (Mentale Stärke, Motivation und Emotionen) und Planung (Training und Turniere) sportlich weiter zu entwickeln.

Wir unterrichten und trainieren in der Tennis Academy CIS Heimberg nach den Grundsätzen vom Swiss Tennis Player Development Programm. Wichtige Rahmenbedingungen die wir erfüllen: Professionelles und kompetentes Trainerteam in den Bereichen Tennis, Athletik und Sportpsychologie. Partnerschaften mit Sportförderkonzepten bzw. -schulen.

Trainingszentrum	Infrastruktur	Wir verfügen über eine moderne, vielseitige und komplette Trainingsinfrastruktur mit:
		5 Tennisplätze Indoor (Teppich mit Granulat) 3 Tennisplätze Outdoor (Sand) 3 Squashcourts 4 Badmintonplätze Fitnesscenter, Konditions- und Gymnastikraum Schwimmbad und Sauna Sportshop mit HEAD-Testcenter und Bespannungsservice Restaurant

Alter	7-20 Jahren
-------	-------------

Spielniveau	Talentino	7-10 Jahren (bis Jg. 2014)	ab Stufe Grün
	Pro	11-20 Jahren (ab Jg. 2013)	ab Wettkampf (Swiss Tennis Lizenz)

Trainingsumfang	Talentino	Wöchentliche mind. 3 ½ Stunden Training: 2 Tennis- und 1 Konditionstraining
	Pro	Wöchentliche mind. 5 Stunden Training: 2 Tennis- und 2 Konditionstrainings
		Wird der mindest Trainingsumfang nicht erreicht, gilt der Status « Sparring» anstatt «Mitglied». Reduzierung Rabatt im Sportshop auf 20% und Wegfall der Vergünstigung bei der Tennis-Platzmiete.

Trainingstage	Tennis	Montag-Samstag
	Kondition	Montag-Freitag

Informationen	Adrian Braun	Telefon . 033 437 93 12 E-Mail . <a href="mailto:adrian.braun@cis-academy.ch">adrian.braun@cis-academy.ch</a>
---------------	--------------	--

## Professional Tennis

Kosten I Tennis	Teilnehmer	1-4 Kinder					
	Dauer	Lektion à 60 Minuten					
	Kosten	Ab CHF 34 I Pro Lektion und Person <small>Inkl. Tennisplatzmiete und Material</small>					
	Programm	Tag, Zeit	Kosten I Pro Person und Lektion				
			4 Kinder	3 Kinder	2 Kinder	1 Kind	
	Talentino	MO-FR 07.30-17.30 Uhr + SA	CHF 34	41	54	100	
		MO-FR 17.30-21.30 Uhr	CHF 36	44	58	105	
	Pro	MO-FR 07.30-17.30 Uhr + SA	CHF 36	43	56	104	
		MO-FR 17.30-21.30 Uhr	CHF 38	46	60	109	

---

Kosten I Kondition	Teilnehmer	1-4 Kinder					
	Dauer	Lektion à 30 Minuten					
	Kosten	Ab CHF 15 I Pro Lektion und Person <small>Inkl. Tennisplatz- und Gymnastikraummierte, Eintritt Fitnesscenter und Material</small>					
	Programm	Tag, Zeit	Kosten I Pro Person und Lektion				
			4 Kinder	3 Kinder	2 Kinder	1 Kind	
	Talentino	MO-FR 07.30-17.30 Uhr	CHF 15	19	26	48	
	Pro	MO-FR 07.30-21.30 Uhr	CHF 18	22	28	50	

---

Vergünstigungen Mit dem Tennis Academy Pass profitieren die Mitglieder von tollen Angeboten und Vergünstigungen:

### Testrackets

Testrackets stehen während den Trainings oder dem freien Tennis Spielen kostenlos zur Verfügung. Gilt nur für die Nutzung in der CIS Sport- und Freizeitanlage Heimberg.

### Sportshop

Beim Einkauf des passenden Tennis- und Sportequipments gewähren wir 25% Rabatt auf dem gesamten Sortiment. Gilt nicht für Bespannungen und bereits reduzierte Waren.

### Platzmiete

Kosten: Beim freien Tennis spielen gewähren wir einen Rabatt von 100% auf der Hälfte der Platzmiete.

Spielzeiten: Montag-Sonntag 07.30-17.30 Uhr.

Reservation: Maximal 1 Tag (24 Stunden) im Voraus. Pro Tag darf nur eine Reservation für einen Platz und eine Stunde gemacht werden. Es gilt «Reservieren-Spielen-Reservieren».