

KUOPION TENNISSEURA TENNISKOULUOHJELMA 2017

Vko	Pvm	Teema
Syyskuu		
36	4. - 10.9.	Peruslyönnit, kämmen tekniikka
37	11. - 17.9.	Peruslyönnit, rysty tekniikka
38	18. - 26.9.	Lentolyönnit
39	25.9. - 1.10.	Syöttö tekniikka ja peliviikko
Lokakuu		
40	2. - 8.10.	Peruslyöntien kertaus
41	9. - 15.10.	Peruslyönnit ja liikkuminen
42	16. - 22.10.	Lentolyönnit/iskulyönti + syöttö. HUOM syysloma voi vaikuttaa harjoitus aikoihin!
43	23. - 29.10.	Syöttö ja peliviikko
Marraskuu		
44	30.10. - 5.11.	Peruslyöntien suuntaminen
45	6. - 12.11.	Peruslyönnit ja pallottelu
46	13. - 19.11.	Lentolyönnit/iskulyönti.
47	20. - 26.11.	Syöttö
48	27.11. - 3.12.	Syötöllä pelaaminen.
Joulukuu		
49	4. - 10.12.	Peruslyönnit
59	11. - 17.12.	Lentolyönnit
51	18. - 24.12.	Toiveviikko. HUOM! 23.12 Lauantaina ei harjoituksia!



Vastuuvallmentajat:

Roope Korhonen 0440263455 tai roope.korhonen@windowslive.com

Alpo Kärkkäinen 0408338454 tai alpo.karkkainen@karvapallo.fi