

Warum sollten Sie im Chemnitzer Stadtpark Tennis spielen?

Abgesehen davon das die Sportart Tennis in Deutschland seit Boris Becker zum Volkssport Nummer drei vorgerückt ist, verführt Sie das elegante Spiel mit der Filzkugel an frischer Luft zu körperlicher Bewegung, die Ihrem Organismus gut tut. Tennis ist weder snobistisch oder gar elitär. Es ist zeitlich und finanziell für alle erschwinglich.

- Spaßfaktor:** Technisch anspruchsvolles Zweikampfspiel ohne direkten Körperkontakt mit viel Einsatz und Fair Play. Idealer Lifetime - Sport für Jung und Alt
- Fitnessfaktor:** Das Laufspiel Tennis ist ein gutes Ganzkörpertraining, vielseitiger Mix aus Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination
- Sicherheitsfaktor:** Gefährdet sind vor allen Dingen Schulter, Ellbogen und Wirbelsäule deshalb Abhilfe durch Training und Technik
- Vorbereitung:** Korrekte Schlagtechnik erlernen, einen guten Schläger mit passender Griffstärke und richtiger Bespannung benutzen, Aufwärmen schützt vor Muskelverletzungen, auf das Sohlenprofil der Tennisschuhe achten



Was macht diesen Sport auch für Sie und Ihre Familie so interessant? Ein großes Plus ist, dass Tennis zu den wenigen Ballsportarten gehört, die man sein ganzes Leben lang ausüben und auch jederzeit damit beginnen kann. Sie brauchen dazu nur einen Spielpartner. Außerdem bewegt man sich - zumindest als Vereinsspieler, zum Beispiel in der Tennisgemeinschaft Stadtpark, Chemnitz, viel an der frischen Luft. Sie können allerdings auch in einer Tennishalle einen Platz stundenweise anmieten. Und wenn Sie dann häufiger spielen wollen, beispielsweise zweimal in der Woche, dann ist die individuelle Platzmiete in einer Halle wesentlich teurer als der Vereinsbeitrag. Die Preispalette beträgt für eine Platzmiete zwischen 12 bis 16 EUR, ohne mögliche Ermäßigung. Im Verein, in der Saison von April bis Oktober, je nach Witterung, stehen vergleichbar 2,50 EUR zu Buche.

Natürlich differieren in den Tennisvereinen die Preise je nach Region und Größe zwischen 100 und 250 EUR als Jahresbeitrag - bei der Tennisgemeinschaft im Stadtpark Chemnitz beträgt die Vollmitgliedschaft 140 EUR pro Jahr. Dieser Beitrag ist für Kinder, für Auszubildende, Studenten, Familienangehörige von Vereinsmitgliedern und Rentner deutlich ermäßigt

und er ist damit wesentlich niedriger als im Allgemeinen vermutet wird. Überlegt werden muss aber auch, ob der ausgewählte Verein über die erforderliche Anzahl von Plätzen verfügt, um in der gewünschten Häufigkeit auch Tennis spielen zu können. Die Tennisanlage im Stadtpark verfügt über acht Tennisplätze sowie über eine großzügig angelegte Trainingswand.



Wer das Ziel verfolgt, in einer Mannschaft zu spielen und am Wettspielbetrieb teilnehmen zu wollen, muss auf jeden Fall in einen Verein eintreten. Außerdem sprechen andere Annehmlichkeiten für eine Vereinsmitgliedschaft, wie das gemeinsame Klubhaus, gemeinsame Feste, Ausflüge und Turniere, neue Freunde und Bekannte zu finden und mit diesen zu trainieren und dem Breitensport nach zu gehen. Zögern Sie nicht, mit den Vereinsverantwortlichen zum Beispiel über ein Probetraining zu sprechen.



Sie haben sich entschlossen, Tennis zu spielen - was braucht man für den Anfang? Neben den Platzkosten schlägt beim Tennis die Ausrüstung zu Buche. Wichtigste Bestandteile: Schläger und Schuhe. Dazu Herr Hahn vom Sportfachgeschäft Intersport GÜ-Sport im Chemnitzer Rosenhof: „Da die Tennisplätze im Stadtpark von Chemnitz aus „Sandplätzen“ bestehen, sollten die Schuhe ein Fischgräten - Profil besitzen. Das ist eine Sohle, die Sand oder Granulat aufnehmen kann und so ein leichtes Rutschen ermöglicht. So werden Bänder und Gelenke geschont. Den gleichen Effekt besitzen Schuhe mit Dämpfungselementen, die auf die jeweilige „Gewichtsklasse“ einstellbar sind. Schon ab 50 Euro erhält man Schuhe von ausreichender Qualität. Die teuerste Anschaffung ist zunächst der Schläger. Vernünftige, vom Namen her oft unbekannte Produkte, gibt es bereits ab 100 Euro, Markenschläger ab 150 Euro. Wer erst mal so ein „Schlag-Instrument“ ausprobieren möchte, kann sich im Sportgeschäft einen Schläger leihen. Für drei Tage berechnet „Sport-Scheck“ beispielsweise fünf Euro.



Der größte Verschleißartikel beim Tennis sind die Bälle. Markenprodukte gibt es im Angebot schon für 1,25 Euro pro Ball. Sonst kosten sie leicht das Doppelte."

Bei allen guten Ratschlägen hat sich bewährt: Vor Einkäufen, den Tennislehrer der Vereinstennis-Schule befragen.

Was die Sportbekleidung betrifft - lieber erst einmal anfangen mit ganz normaler Sportbekleidung, wenn Sie dann zweckmäßigere „Tennisbekleidung" erwerben wollen, da beraten Sie die Sportfreunde des Tennisvereins im Stadtpark sehr gerne.

Und wie beurteilt die Sportmedizin das Ansinnen Tennis zu spielen? Dazu Herr Dr. Zimmermann, Tennisspieler in der Tennisgemeinschaft Stadtpark und früher jahrelanger Chef der Orthopädie in einem Chemnitzer Klinikum: "Trotz einiger Verletzungsrisiken ist Tennis eine gesunde Sache. Es ist gut für das Herz-Kreislauf-System und verringert das Risiko eines Infarktes. Es dient dem Fettabbau, senkt die Gefahr von Diabetes und ist gut für den Cholesterin-Wert. Gut vor allem auch für Schulkinder die an Bewegungsarmut leiden, fast jedes dritte Kind ist heute zu schwergewichtig. Den über 40-jährigen wird geraten, bevor sie mit Tennis anfangen, einen allgemeinen Gesundheitscheck auszuführen." Und weiter: Muskelaufbau und -erwärmung, Ausdauer und richtige Technik dürfen nicht vernachlässigt werden. Daraus folgt: Training muss sein! Zehn Stunden für das Grundwissen!



Egal wie talentiert man ist, ohne Trainerstunden wird man beim Tennis keine großen Fortschritte machen können. Trainer gibt's im Verein ebenso wie auf kommerziellen Anlagen, aber der Verein verfügt über erfahrene Tennisspieler und Übungsleiter, die Ihnen gerne zur Seite stehen. Besonders zu empfehlen:

In unserer Tennisschule unter Leitung von Frau Julia Groß könnt ihr das Tennisspielen erlernen. Ihr zur Seite stehen erfahrene Trainer des Vereines (3 an der Zahl) und ein Trainer mit der A - Lizenz von Russland. Das Training kann in insgesamt drei Sprachen erfolgen (Russisch, Englisch und natürlich Deutsch). Da macht Tennis Freude!

Weitere Fragen: Auf zur Tennisgemeinschaft Stadtpark e.V., dort werden sie beantwortet, und Anfangen mit Tennisspielen! Wir freuen uns Sie bald bei uns auf der Tennisanlage begrüßen zu dürfen!

Tennisgemeinschaft Stadtpark e.V. Chemnitz Gegründet 1924 - Tennisverein Eintracht

- Lage der Tennisplätze:** Tennisplätze im Stadtpark, Helbersdorfer Straße 180, 09120 Chemnitz
- Telefon, Clubhaus:** 0371 – 51 00 10
- Ansprechpartner:** Claus Tanneberger- 1. Vorsitzender, Tel.: 312 379, 0170-9302912
Ingolf Barth-Schatzmeister, Tel.: 71 291
Annerose Liebers - Marketing, Tel.: 0371 – 260 92 96
Andre-Alexander Groß - Breitensport, Tel.: 282 45 98
Peter Freier - Platzmeister, Tel.: 510 010
- Internet:** www.tg-stadtpark.de; www.stv-tennis.de/tg-stadtpark-chemnitz
- E-Mail:** [ingolf.barth\(at\)surf-club.de](mailto:ingolf.barth(at)surf-club.de) *
- Traditionen:**
- Chemnitzer Traditionsverein seit 1924 im Chemnitzer Stadtpark
 - Tennisschule seit 1990. Derzeit unter Leitung von Julia Groß und ihrem „Team"
 - Mitglied im Chemnitzer Stadtsportbund und im Sächsischen Tennisverband
- Postanschrift:** Tennisgemeinschaft Stadtpark e.V.
c/o Claus Tanneberger
Beckerstr. 34
09120 Chemnitz
[claus.tanneberger\(at\)tg-stadtpark.de](mailto:claus.tanneberger(at)tg-stadtpark.de) *
- Öffnungszeiten der Anlage:** April - Oktober von 9.00 bis 21.00 Uhr
- Platznutzungsgebühr:** 8 Euro/Std. für Gäste und passive Mitglieder
- Mitgliedsbeiträge:** 140 Euro/pro Jahr für Erwachsene, ermäßigte Beiträge für Kinder, Jugendliche, Rentner, Studenten, Arbeitslose, Wehr- und Zivildienstleistende u.a.
- Hauptziele des Vereins:**
- Tennisspielen auf einer schönen Anlage - leistungsorientierte Ausbildung der
 - Wettkampfspieler - Förderung des Kinder- und Jugendsports - Förderung des
 - Breitensports in allen Altersklassen - Seniorenausbildung und Betreuung -
 - Förderung des Vereinslebens durch Veranstaltungen

* bitte (at) durch @ ersetzen