

## VDT-Regionalseminar Nord / Ost

## Zielgruppen-orientierte Angebote

### -am Beispiel Seniorentennis

## Programm:

1. Zur aktuellen Situation des Tennissports und der Vereine
  - 1.1 Wie präsentiert sich Tennis – wie sehen uns die Anderen ?
  - 1.2 Wie hat sich Tennis entwickelt ?
  - 1.3 Erklärungsansätze:  
Veränderungen in der Gesellschaft und Auswirkungen auf Tennis
2. Zielgruppenorientierung
  - 2.1 Erfolgreiche Beispiele / Vorbilder ?
  - 2.2 Warum Seniorentennis ?
3. Ein Baukasten der Tennisvermittlung
  - 3.1 Problemanalyse und Strategie
  - 3.2 Bausteine einer spielorientierten Methodik
4. Methodische Demonstration

## 1. Zur aktuellen Situation des Tennissports

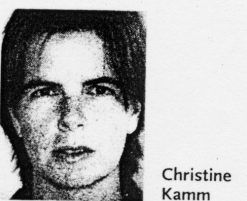
„eine neue Stufe der Abwärtstreppe“ -



## Zur aktuellen Situation des Tennissports

### Entwicklung der Vereine im DTB

|             |              |               |
|-------------|--------------|---------------|
| 1980        | 6100         |               |
| 1990        | 9200         |               |
| <b>1998</b> | <b>10305</b> |               |
| 1999        | 10274        | - 0.3%        |
| 2000        | 10265        | - 0.1%        |
| 2001        | 10246        | - 0.2%        |
| 2002        | 10185        | - 0.6%        |
| 2003        | 10148        | - 0.4%        |
| <b>2004</b> | <b>10083</b> | <b>- 0.7%</b> |



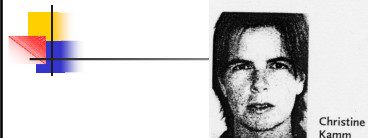
Christine Kamm

„Die Rheinpfalz“

3. 1. 2004

**..... Dass Tennis leider eine Randsportart geworden ist**

.....  
Während des Booms von Gestern ist weder in Strukturen investiert worden, noch ist Deutschland als Tennis-Standort ausgebaut worden. .... In Deutschland sucht Tennis nach seinem Platz in der Welt des Sports. Besonders auffällig ist, dass der Tennisclub auch als Treffpunkt ausgesorgt hat, und darin scheint am ehesten der Schlüssel für eine Erklärung zu liegen. Tennis belegt nur das veränderte Freizeitverhalten des Menschen von heute.



Christine Kamm

**Tennis belegt nur das veränderte Freizeitverhalten des Menschen von heute.**

**Frage: Haben die Tennisvorstände dies erkannt ?**

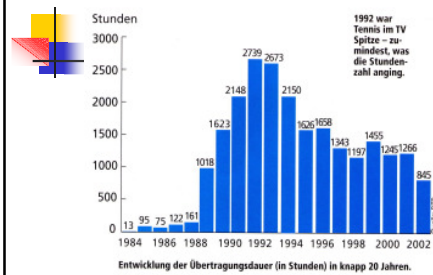
**Wenn ja, (wie) reagieren sie darauf ?**

## 1.1 Wie präsentiert sich Tennis

- oder wie sehen uns die Anderen ?

Bildzeitung 23. 1. 2004

## Präsenz in den Medien



Tennis verhalf dem Fernsehen zu Zuschauerrekorden und Werbemillionen. Und das Fernsehen machte Tennis nicht nur zum Volkssport, sondern - viel wichtiger - zum Trend.

...Das Fernsehen hat Tennis einst groß herausgebracht, jetzt macht das Fernsehen das Tennis wieder kleiner. (Tennis Magazin Dez. 2003)

SPIEGEL ONLINE - 25. Dezember 2003, 13:03  
URL: <http://www.spiegel.de/sport/fussball/0,1518,276696,00.html>

Fußball statt Tennis

## Straßenkicker erobern die Hallen

Von Daniel Meuren

Der Niedergang des Tennissports eröffnet dem Fußball neue Möglichkeiten. Fast 20 ehemalige Tennishallen sind bundesweit bereits in Fußballcenter umgewandelt worden. Eines davon betreibt der ehemalige HSV-Trainer Frank Pagelsdorf. Der Kick auf engem Raum ist in England und Italien bereits ein Hit.

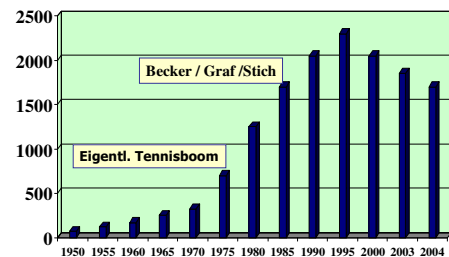
SZ - Februar 2003

## Der gelbe Filzball weicht der schweren Bowling-Kugel

wird gehämmert: Im Gündinger Tennis-Center entsteht eine der größten Bowling-Bahnen Europas - Eröffnung im...

## 1.2 Wie hat sich Tennis entwickelt ? - Statistik -

### Langfristige Entwicklung

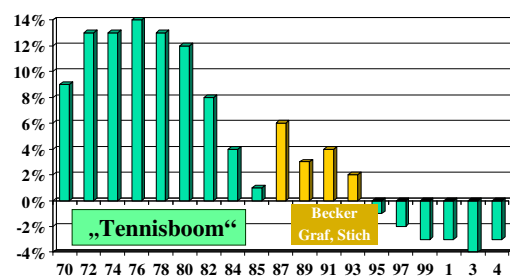


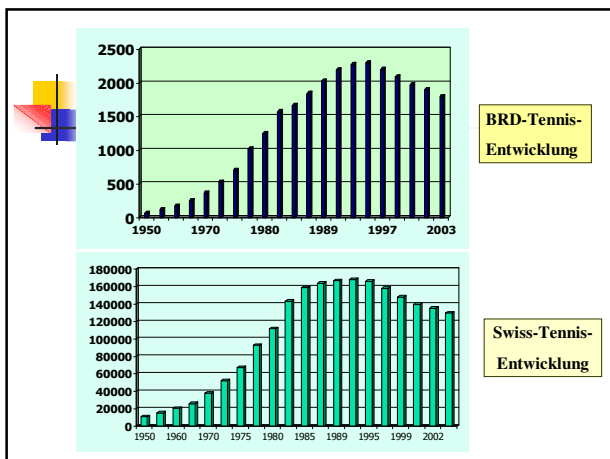
## Mitgliederentwicklung im DTB

- leider immer noch zunehmende Verluste -

- 1995 - 0.7 %
- 1996 - 1.3 %
- 1997 - 2.4 %
- 1998 - 2.0 %
- 1999 - 2.9 %
- 2000 - 2.3 %
- 2001 - 3.5 %
- 2002 - 3.7 %
- 2003 - 4.2 %
- 2004 - 3.0 %

## Prozentuale Mitgliederentwicklung im DTB -





### 1.3 Erklärungsansätze – Veränderungen in der Gesellschaft

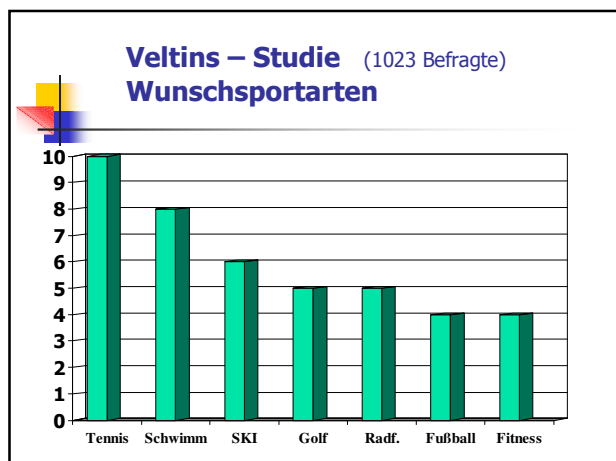
- **Früher (in den 70 er Jahren)**
  - Sportivität (München 72); Freizeitorientierung
  - Einkommen; Gesellsch. Öffnung (Gemeinsinn); (bspw. Öffnung des Tennissports zur „Breite“)
- **Gesellschaftliche Rahmenbedingungen heute**
  - Neue Medien; Konsumorientierung; Spaßgesellschaft;
  - Neue Sportmotive: Naturerlebnis – Fitness – Geselligkeit, ...

**wenig beliebt: Wettkampf**

### Veltins – Studie (1023 Befragte)

#### Gründe / Motivation für Sport

|              | Motive für sportl. Aktivitäten | Gründe für Mitgliedschaft im Verein | Gründe für Mitgliedschaft im Sportstudio |
|--------------|--------------------------------|-------------------------------------|--|
| Spaß         | 84                             | 89                                  | 79                                       |
| Fitness      | 80                             | 69                                  | 79                                       |
| Geselligkeit | 47                             | 74                                  | 41                                       |
| Gesundheit   | 68                             | 63                                  | 66                                       |
| Stressabbau  | 54                             | 54                                  | 58                                       |
| Figur-B.     | 51                             | 38                                  | 63                                       |
| Ausgleich    | 50                             | 43                                  | 51                                       |

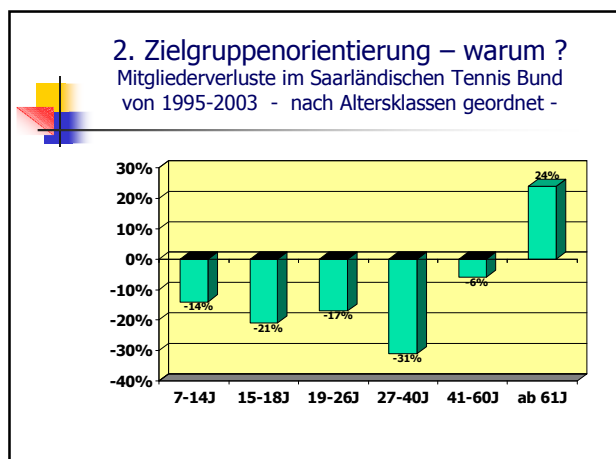


### Ursachen globaler Entwicklungstendenzen

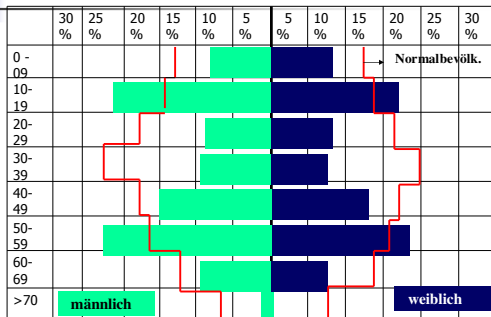
Was sagen anerkannte internationale Experten ?

- Aktuelle Thesen (München 2002)

- P. Beust: „Langweilige Methodik“  
Mangel an Geselligkeit
- Dr. Ulrike Benko: „Desinteresse an Wettkampf“  
„Tennis ist keine Fun-Sportart“
- Miguel Crespo (ITF) „Fehlorientierung Turniersport“  
„Spielfremde Vermittlung“
- Bollettieri: „Es gibt keine Tennisheroen mehr“



### -Demographische Mitgliederanalyse (Ist-Stand vieler Vereine)



## 2.1 Erfolgreiche Beispiele / Vorbilder ?

FFT: Evolution du tennis adultes

Tennis-Entwicklung im Erwachsenenbereich

Patrice BEUST

### Le Programme Tennis Adultes



### -Reaktion der Fédération française de Tennis – auf die Mitgliederverluste

#### „Programmes adultes“ - 3. Stufe der Vereinsprogramme

- **Tennis spielerisch erleben**
  - Tennis découverte (Schnellstens Tennis spielen > Anfänger)
  - Tennis sensation (Tennis individuell erleben > Fortgeschr. Anf.)
- **Tennis und Gesundheit**
  - Tennis Forme (Kombination von Tennis + Fitness-Übungen)
  - Tennis Tonique (Tennis + anspruchsvolleres Kondi-Training)
- **Wettkampftennis**
  - Tennis Performance (Hinführung zum Wettkampftennis)
  - Tennis Technique et Tactique (Spezielles Leistungstraining)

## Erfolgreiche Vorbilder

### Am Beispiel des Siegerclubs 2003 - TG Düsternbrook

#### Situationsanalyse: (nach V. Rücker, DTB-Homepage)

30% Mitgliederverlust, überaltert, Mitgliederbefragung ergab geändertes Mitgliederverhalten - wollen Service-Leistungen; Clubgastronomie unflexibel; Trainer mit veralteten Methoden; es fehlt an Kindern + jungen Erwachsenen

#### Zielformulierung:

Jährlich 20 neue Mitgl. zw. 18.+ 40 Jahren; 80 % der Mitgl. binden; 15-18 jährl. werben; in jeder Altersgruppe eine Medenmannschaft; Angebote für Breitensportler; Clubrestaurant zu beliebtem Treffpunkt machen;

### Mögliche Strategien – (Was könnte helfen):

#### Lernen von Erfolgreichen

### Am Beispiel des Siegerclubs 2003 - TG Düsternbrook

#### Strategien/Maßnahmen:

Zielgruppenangebote – für junge Familien: halber Preis, kostenloses Training für Eltern + Babysitting

Samstagvormittag Familiensportangebot (in Koop. mit LSB); Lady-Tennis am Vormittag; Spielpartnerbörse mit anschl. Happy-hour;

„der Renner“: Sommerferienmitgliedschaft (Erwachsene 75 €, Fam. 150 €, kostenloses Training – bei Eintritt wird Betrag auf Beitrag verrechnet)

Alle Neumitglieder 1x wöch. kostenloses Training; after- Work-Tr.; Jugendliche assistieren + erh. kostenloses Training;

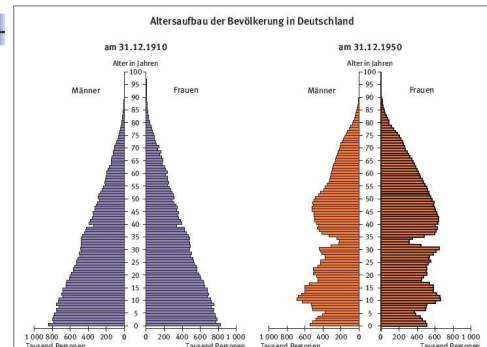
## Gesellschaftliche Entwicklungen in ihrer Auswirkung auf die Vereinsarbeit

### - Zielgruppenorientierte Angebote für Erwachsene -

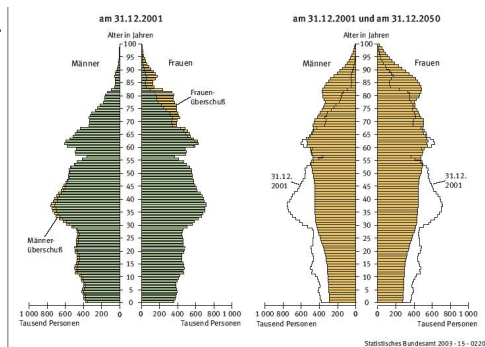
- Erlebnis-Orientierung:** schnelle Spielfähigkeit entwickeln
- Familien-Orientierung:** Eltern + Kind Tennis
- Fitness-Orientierung:** Tennis + Konditionstraining
- Gesundheits-Orientierung:** Tennis + spezielle Programme
- Breitensport-Orientierung:** Betreuungskonzepte für „Nicht- Wettkampfsportler“
- Wettkampfsport-Orientierung:** Einbindung in Mannschaften

## 2.2 Warum Seniorentennis ?

### Alterspyramide 1910+1950



### Alterspyramide 2001+2050



### -Zielgruppenorientierte Angebote für Erwachsene –

### Warum Seniorentennis ??

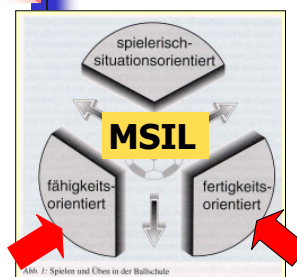


- Zunahme an:**
  - Lebenserwartung,
  - Fitness,
  - Einkommen
- Bedürfnis nach:**
  - Geselligkeit,
  - Sport,
  - Gesundheit

## 3. Ein Baukasten der Tennisvermittlung - Die Faszination des Spiels vermitteln



## Ein integratives Vermittlungsmodell für die Rückschlagspiele - Methode des spielerisch impliziten Lernens



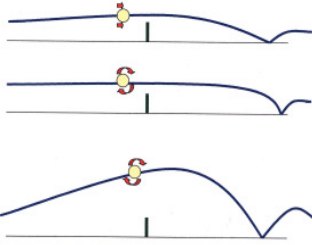
- Miteinander lernen, üben, spielen
- Bausteine im „Tennisbaukasten“**
- Elementare Bewegungsbausteine (Fertigkeiten)
- Koordinative Bausteine (spezifische koordin.Fähigkeiten)
- Konditionelle Bausteine (begleitende Fitness-Übungen)
- Taktikbausteine (Spielen-lernen)

Roth K./Krüger C./Mommert D.: Schorndorf 2002

### 3.1 Problemanalyse und Strategie

#### Das Problem der Tennisanfänger: Timing / Zeitdruck

Abb. 1: Ballrotation und Ballflugharven



Low-T-Ball



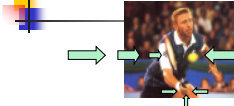
**Deshalb:** Erleichterte Bedingungen zum Einstieg  
**Progressive Anpassung** der Geräte an Lernfortschritte  
**Und vorrangig:** Spielen und Spielorientiertes Lernen und Üben

### Problemanalyse und Strategie

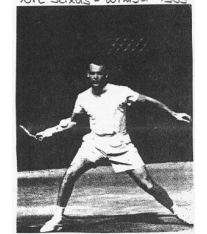
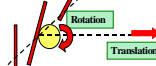
#### Das 2. Problem der Tennisanfänger: Schlagflächenstabilisation

##### Ballkontrolle

- Impulsanpassung und Griffstabilisation

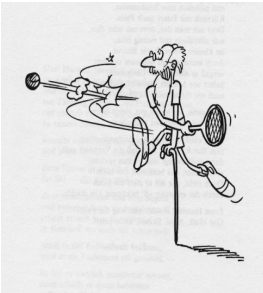


- Drahtdifferenzierung



### Problemanalyse und Strategie

Was ist bei Senioren besonders zu beachten ?

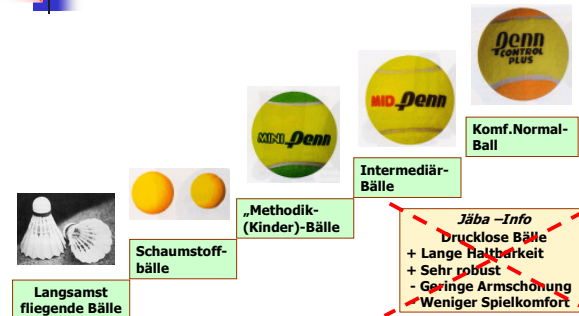


Reduzierte Wahrnehmung  
Verzögerte Reaktion  
Eingeschränkte Beweglichkeit  
Verringerte Belastbarkeit (insbes. der Gelenke)

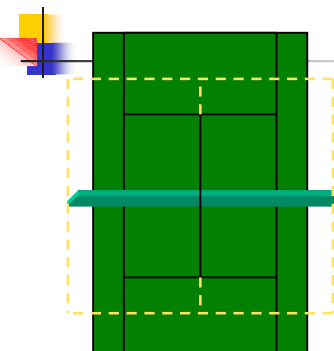
##### Konsequenz:

Angemessen dosieren  
und Zeitdruck reduzieren

### Regulieren von Zeitdruck Ballabstufung



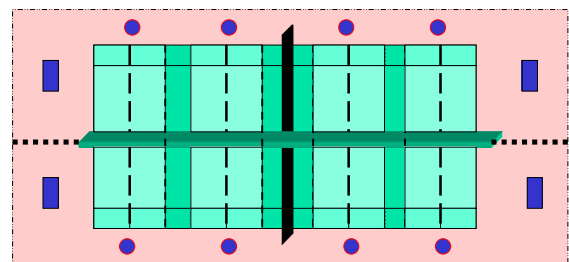
### Regulieren von Präzisions- und Situationsdruck



**Feldabstufung:**  
**Kleinfeld – „Midfeld“ – Normalfeld**  
**Hilfsmittel:** Mobile Linien, Bodenmarkierungen, Schultennissetze, Höhenverstellbare Ständer, (Netzerhöhung);

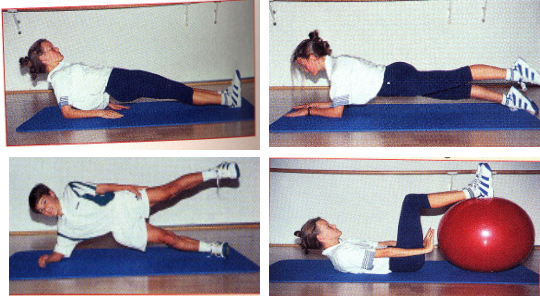
### Regulieren von Belastungsdruck durch Spielfeld- und Gerätearrangements

#### Organisation für Großgruppen





## Training der Rumpfstabilisation s. Ferrauti/Maier/Weber, 2002 S. 203



## 3.2 Bausteine einer spielorientierten Methodik

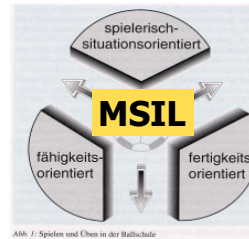


Abb. 7: Spielen und Üben in der Ballschule

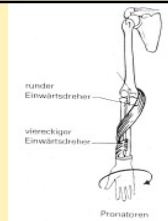


## Ein Vorschlag zur methodischen Praxis

### 1. Baustein Vorhand

#### 1.1 Elementarer Bewegungsbaustein „Werfen Schlagen“

= Kombination aus Strecken/Beugen und Einwärtsdrehen  
- beteiligt die beiden Doppelgelenke von Ellbogen und Hand



#### Übungen:

Vorhand-Seithand- und Überkopf-Werfen;  
Bälle mit Schläger rollen;  
Wurf- und Roll-Spiele;  
**Wichtig:** Griff und Pronation

### 1. Baustein Vorhand

#### 1.2 Elementarer Bewegungsbaustein

#### „Schlagen + stabilisieren“

Intermuskuläre Koordination von Finger und Hand

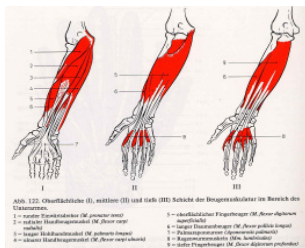


Abb. 122: Oberbauchmuskulatur (I), mittlere (II) und tiefe (III) Schicht der Bregensmuskulatur im Bereich des Ellbogens.  
1 = langer Brustmuskel (M. pectoralis longus)  
2 = kurzer Brustmuskel (M. pectoralis brevis)  
3 = langer Handgelenkmuskel (M. extensor carpi radialis longus)  
4 = kurzer Handgelenkmuskel (M. extensor carpi radialis brevis)  
5 = langer Handgelenkmuskel (M. extensor carpi ulnaris)  
6 = kurzer Handgelenkmuskel (M. extensor carpi ulnaris)  
7 = langer Handgelenkmuskel (M. extensor digitorum)  
8 = kurzer Handgelenkmuskel (M. extensor digitorum)  
9 = langer Handgelenkmuskel (M. extensor indicis)  
10 = kurzer Handgelenkmuskel (M. extensor indicis)

#### Übungen:

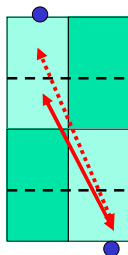
Schlagen gegen Planen;  
Bälle nach oben rollen  
Große Bälle nach oben schlagen

**Wichtig:** Griff

### 1. Baustein Vorhand

#### 1.3 Koordinationsbaustein

#### „Schlaglänge und -intensität differenzieren“



#### Übungen:

Schlagen mit unterschiedlichen Widerständen (Federbälle und Stoffbälle);  
Felder-Spiel (kurz-lang)

**Wichtig:** Vorderes Treffen  
Seniorengemäße Feldabmessung

### 1. Baustein Vorhand

#### 1.4 Koordinationsbaustein „Positionieren und Kontrollieren“

#### 1.5 Koordinationsbaustein „Timing“ (1. + 2. Flugkurve)

#### 1.6 Taktikbaustein „Fehler vermeiden“

#### Übungen:

1.4 Kontrollschlag mit Positionieren im Kleinfeld

**Wichtig:** Vorderes Treffen

1.5 Schlagen nach dem Aufspringen

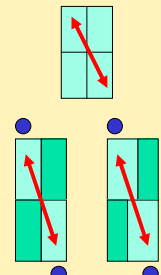
mit unterschiedl. Bällen (Impulsabstufung)

ggf. mit Kontrollschlag; **Wichtig:** Vorderes Treffen

1.6 Spiel nur mit VH im Diagonalfeld;

Felder vorsichtig vergrößern;

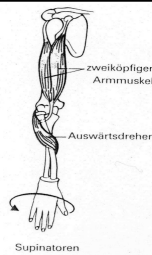
**Ziel:** Fehler vermeiden und Risiko einschätzen



## 2. Baustein Rückhand

### 2.1 Elementarer Bewegungsbaustein „Werfen Schlagen“

= Kombination aus Beugen/ Strecken und Auswärtsdrehen(Supination)  
- beteiligt die beiden Doppelgelenke von Ellbogen und Hand



#### Übungen:

Frisbee und Rückhand-Werfen;  
Bälle mit Schläger rollen (RH-Griff);  
Wurf- und Roll-Spiele;

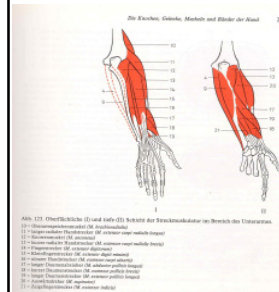
**Wichtig:** Griff und Supination

## 2. Baustein Rückhand

### 2.2 Elementarer Bewegungsbaustein

#### „Schlagen + stabilisieren“

Intermuskuläre Koordination von Finger und Hand



#### Übungen:

Bälle nach oben rollen

Große Bälle nach oben schlagen;

Ein- + beidhändig schlagen;

**Wichtig:** Griff

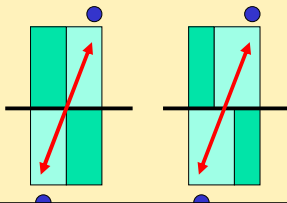
## 2. Baustein Rückhand

Die Bewegungs- und Koordinationsbausteine 2.3 /2.4 und 2.5 sind entsprechend den Übungs- und Spielformen der Vorhand zu gestalten.

**Wichtiger Unterschied:** Alle Formen werden ein- und beidhändig ausgeführt,

- um den Tennisanfängern ihre eigene Wahl zu ermöglichen
- um den positiven Transfer der Stützhand zu nutzen.

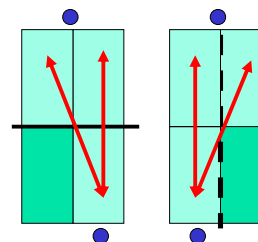
Der Taktikbaustein 2.6 soll vorrangig Sicherheit und Konstanz entwickeln.



## 3. Baustein „Winkel steuern“

Koordinations- und Taktikbaustein

„Griffe differenzieren“ ; „Schlagrichtungen differenzieren“ ;  
„Sukzessives Koppeln von Schlägen“ ;  
„Risiko wagen und einschätzen“



#### Wichtig:

Griffe und Treffpunkte beachten;  
RH ein- und beidhändig üben lassen;  
Positionieren und Raum abdecken

## 4. Baustein „Spieleröffnung“ + „Spiel im Midfeld“

Bewegungs-, Koordinations- und Taktikbaustein

### 4.1 Bewegungsbaustein „Aufschlag“

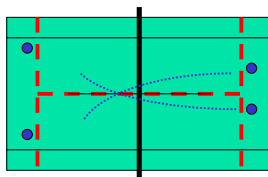
– Erlernen und Koppeln von Wurf und Zuschlag (mit RH-Griff)

### 4.2 Koordinations- + Taktikbaustein „Spieleröffnung“

– Steuerung von Schlaglänge, -winkel und -intensität bei Aufschlag und Return

### 4.3 Taktikbaustein „Spiel im Midfeld“

– Fehler vermeiden; Risiko einschätzen und wagen; Spielhandlungen auswerten

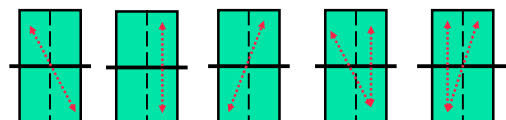


#### Hinweise:

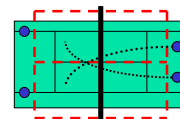
Gepunktet wird erst, wenn Aufschlag und Return erreicht wurden.

Mid-Bälle verwenden.

## Vorschlag zur methodischen Progression



#### Spieleröffnung





**Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit**



**Und nun zur methodischen Praxis**