

## 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

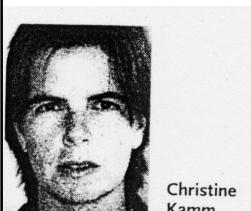
„eine neue Stufe der Abwärststreppe“ -



### 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>

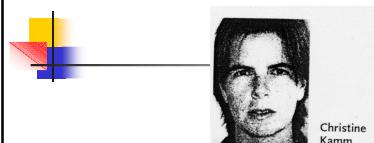


### ..... Dass Tennis leider eine Randsportart geworden ist

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.

„Die Rheinpfalz“

3. 1. 2004



### 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 ?

**Das deutsche Tennis**

Wir nehmen Abschied von einer großen Sportart. Nach langem Leiden verstarb bei den Australian Open

\* 7. Juli 1985 † 22. Januar 2004

Es trauern die Hinterbliebenen  
Steffi  
Boris  
Michael  
und Millionen Fans

BILD widmet dem deutschen Tennis diese Todes-Anzeige.  
Der Geburtstag steht für Beckers 1. Wimbledon-Sieg.

Bildzeitung 23. 1. 2004

**Präsenz in den Medien**

1992 war Tennis im TV Spitze – es mindestens die Stundenzahl anging.

Jahr	Stunden
1984	13
1985	85
1986	75
1987	122
1988	161
1989	1018
1990	1623
1991	2148
1992	2739
1993	2673
1994	2150
1995	1626
1996	1658
1997	1343
1998	1197
1999	1455
2000	1245
2001	1266
2002	945

Entwicklung der Übertragungsdauer (in Stunden) in knapp 20 Jahren.

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 Güdinger Tennis-Center entsteht eine der größten Bowling-Bahnen Europas – Eröffnung im

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

Langfristige Entwicklung

Jahr	Becker / Graf / Stich	Eigentl. Tennisboom
1950	10	10
1955	15	15
1960	25	25
1965	40	40
1970	60	60
1975	800	800
1980	1300	1300
1985	1800	1800
1990	2100	2100
1995	2400	2400
2000	2100	2100
2003	1900	1900
2004	1800	1800

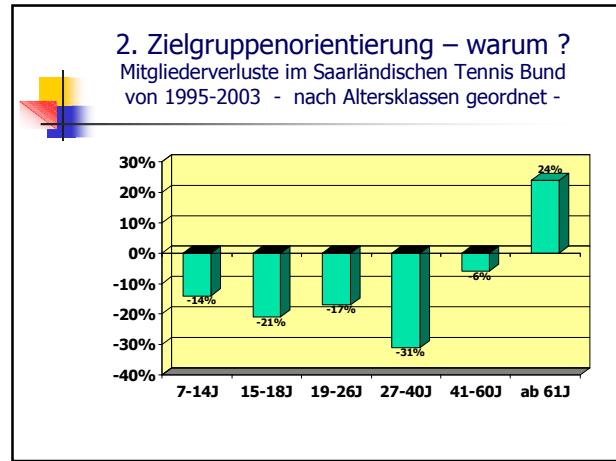
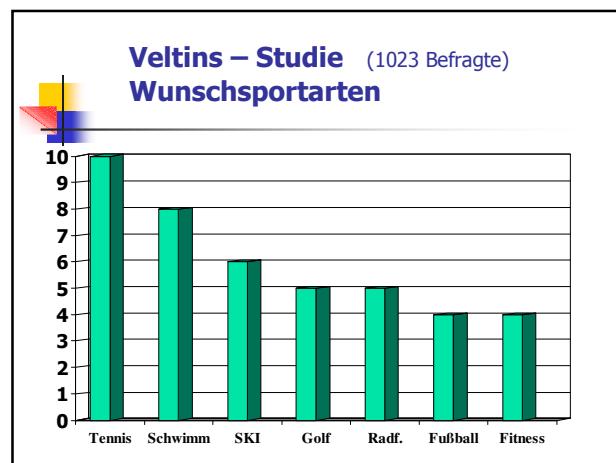
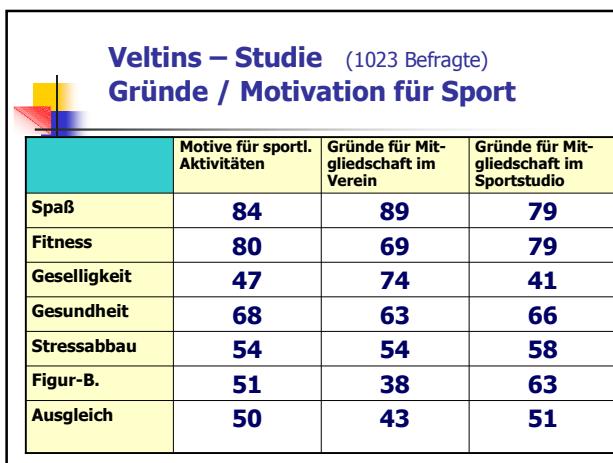
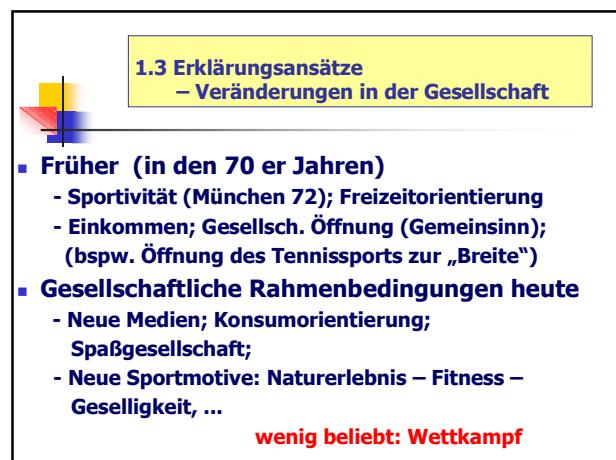
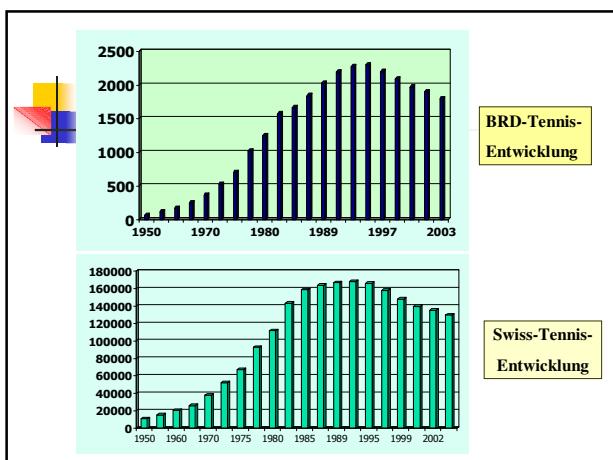
**Mitgliederentwicklung im DTB**

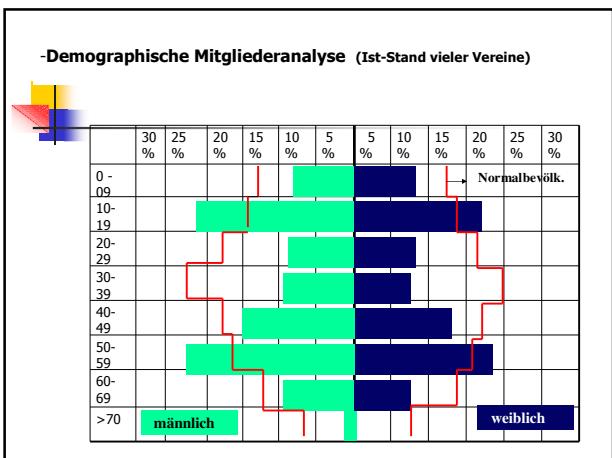
- leider immer noch zunehmende Verluste -

- 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 –**

Jahr	„Tennisboom“	Becker / Graf / Stich
70	9%	0%
72	12%	0%
74	13%	0%
76	14%	0%
78	13%	0%
80	12%	0%
82	11%	0%
84	8%	0%
85	4%	0%
87	0%	6%
89	0%	3%
91	0%	4%
93	0%	2%
95	0%	1%
97	0%	1%
99	0%	1%
01	0%	1%
03	0%	1%
04	0%	1%





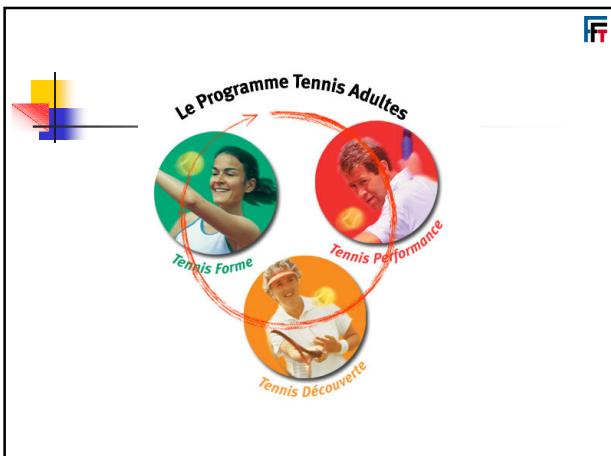
## 2.1 Erfolgreiche Beispiele / Vorbilder ?



FFT: Evolution du tennis adultes

Tennis-Entwicklung im Erwachsenenbereich

Patrice BEUST



-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 jähr. 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; Spielpartnerbörsen 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

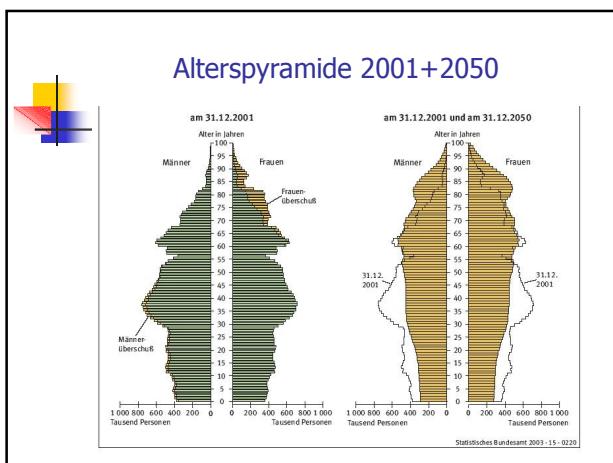
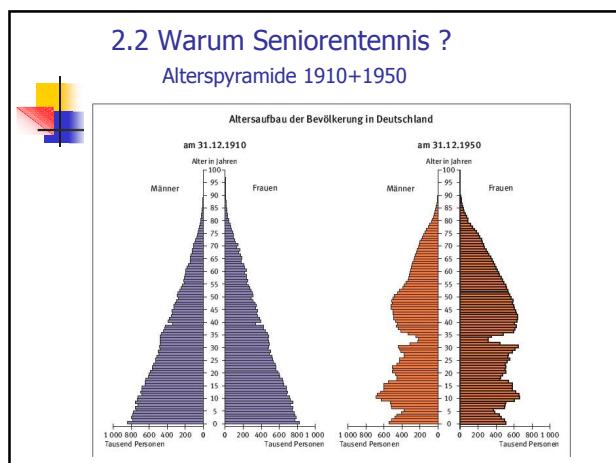
**Familien-Orientierung:** Eltern + Kind Tennis

**Fitness-Orientierung:** Tennis + Konditionstraining

**Gesundheits-Orientierung:** Tennis + spezielle Programme

**Breitensport-Orientierung:** Betreuungskonzepte für „Nicht- Wettkampfsportler“

**Wettkampfsport-Orientierung:** Einbindung in Mannschaften



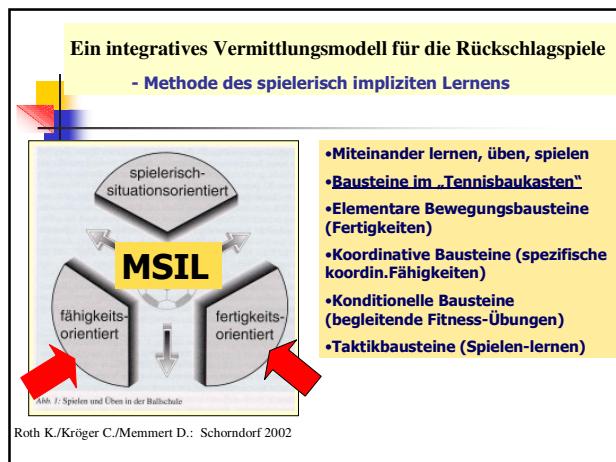
**-Zielgruppenorientierte Angebote für Erwachsene -**

**Warum Seniorentennis ??**

**Zunahme an:**  
Lebenserwartung,  
Fitness,  
Einkommen

**Bedürfnis nach:**  
Geselligkeit,  
Sport,  
Gesundheit

Verleiht die Zeiten, in denen man mit Freude zum alten. Eine gelebte, bewegte Senioren ihre Freizeit aktiv, engagieren sich und lassen sich das auch etwas leichter.

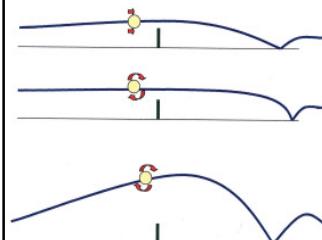


### 3.1 Problemanalyse und Strategie

#### Das Problem der Tennisanfänger:

##### Timing / Zeitdruck

Abb.: Ballrotation und Ballflugkurven



**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:

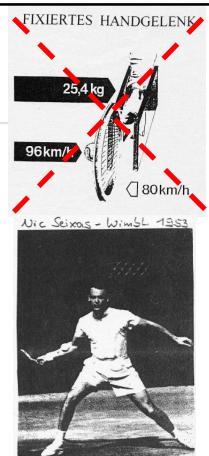
##### Schlagflächenstabilisation

###### Ballkontrolle

- Impulsanpassung und Griffstabilisation

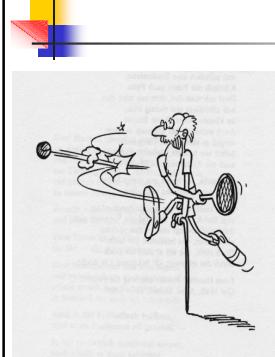


###### Draildifferenzierung



### Problemanalyse und Strategie

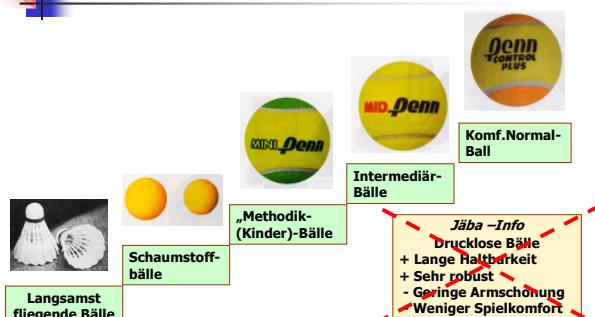
Was ist bei Senioren besonders zu beachten ?



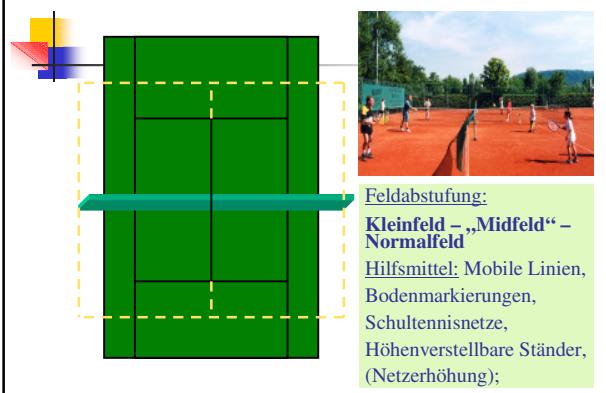
Reduzierte Wahrnehmung  
Verzögerte Reaktion  
Eingeschränkte Beweglichkeit  
Verringerte Belastbarkeit (insbes. der Gelenke)  
**Konsequenz:**  
Angemessen dosieren und Zeitdruck reduzieren

### Regulieren von Zeitdruck

Ballabstufung



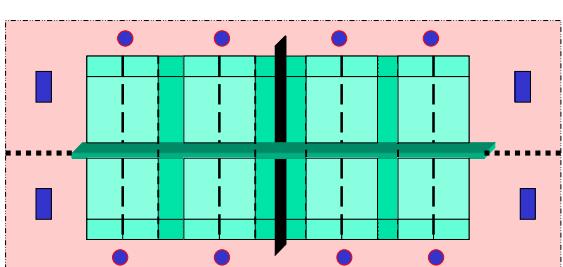
### Regulieren von Präzisions- und Situationsdruck



### 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. 1: 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

**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“

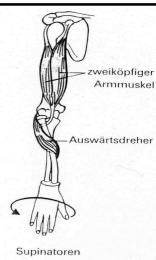
**Übungen:**

1.4 Kontrollschatz mit Positionieren im Kleinstfeld  
1.5 Schlagen nach dem Aufspringen mit unterschiedl. Bällen (Impulsabstufung)  
ggf. mit Kontrollschatz; **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

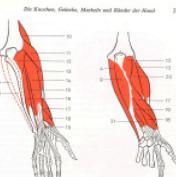


Abb. 123: Oberflächliche (Gelenk nahe) Schichten der Strukturen akral im Bereich des Unterarms.  
1: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 2: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 3: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 4: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 5: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 6: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 7: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 8: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 9: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 10: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 11: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 12: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 13: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 14: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 15: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 16: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 17: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 18: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 19: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 20: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 21: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 22: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 23: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 24: Unterlängenm. (Unterlängenm.); 25: Unterlängenm. (Unterlängenm.).

#### Übungen:

Bälle nach oben rollen  
Große Bälle nach oben schlagen;  
Ein- + beidhändig schlagen;  
**Wichtig:** Griff

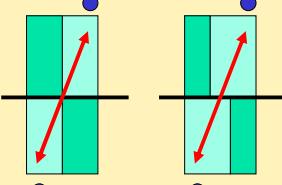
## 2. Baustein Rückhand

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.

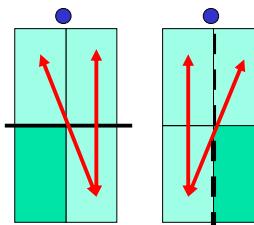
Der Taktikbaustein 2.6 soll vorrangig Sicherheit und Konstanz entwickeln.



## 3. Baustein „Winkel steuern“

Koordinations- und Taktikbaustein

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



#### Wichtig:

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

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

Bewegungs-, Koordinations- und Taktikbaustein

### 4.1 Bewegungsbaustein „Aufschlag“

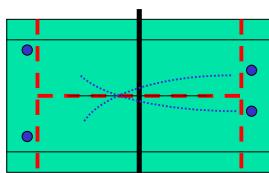
- Erlernen und Koppeln von Wurf und Zuschlag (mit RH-Griff)

### 4.2 Koordinations- + Taktikbaustein „Spieleröffnung“

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

### 4.3 Taktikbaustein „Spiel im Midfield“

- Fehler vermeiden; Risiko einschätzen und wagen; Spielhandlungen auswerten

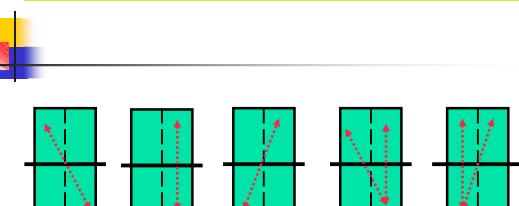


#### Hinweise:

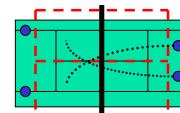
Gepunktet wird erst, wenn Aufschlag und Return erreicht wurden.

Mid-Bälle verwenden.

## Vorschlag zur methodischen Progression



#### Spieleröffnung



**Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit**



**Und nun zur methodischen Praxis**