



Konzeptionelle Ausrichtung des Regionstrainings

Stand: Oktober 2025

Regionsjugendwart*in: Anja Gefeller, Thorsten Münnich, Dejan Kerosovic
Trainerteam: Dirk Wolters, Christoph Uster, Chris Kurze, Leonie Münnich

Ziel und Selbstverständnis

Das Regionstraining ist fester Bestandteil der TNB-Nachwuchsförderung und richtet sich an besonders motivierte und talentierte Kinder und Jugendliche aus der Region. Es ergänzt das Vereinstraining und setzt hohes Engagement und Trainingsbereitschaft voraus – sowohl bei den Kindern und Jugendlichen als auch bei den Eltern.

Trainingsinhalte und Philosophie

Die technische Ausbildung aller Kaderathlet*innen hat hohe Priorität, insbesondere bei den Jüngeren. Trainiert wird nach einer einheitlichen Philosophie, basierend auf den Key-Points des DTB/TNB. Neben der technischen Ausbildung liegt ein Fokus auf matchtypischen Spielsituationen, Beinarbeit, Konzentration, Disziplin, Fairness und Leistungsbereitschaft. Ziel ist ein nachhaltiger Leistungsaufbau für langfristigen Erfolg – idealerweise im Erwachsenenennis.

Trainingsorganisation

Die Trainingsplanung innerhalb eines Jahres ist abgestimmt auf verschiedene Altersklassen. Neben Schwerpunktsetzungen in der Periodisierung (Sommer = matchorientiertes Training, Taktiktraining, Aufschlag/Return); Winter = Aufarbeitung technischer Defizite) ist unser primäres Ziel eine zielgerichtete individuelle Förderung nach Entwicklungsstand des/der jeweiligen Athleten*in. Die spezifischen Trainingsziele werden den Kindern und Jugendlichen, den Eltern und insbesondere den Heimtrainer kommuniziert, um eine Zusammenarbeit ohne Reibungsverluste zu gewährleisten.

Trainerrotation und Gruppenstruktur

An unterschiedlichen Trainingstagen arbeiten Regionstrainer parallel auf mehreren Plätzen. Dabei ist es eine Trainerrotation innerhalb der Trainingsgruppen möglich und gewünscht. So entsteht ein Vier-Augen-Prinzip und eine positive Gruppendynamik. Zudem erhalten die Kinder und Jugendlichen verschiedene Impulse durch unterschiedliche Trainerstile.

Turnierintegration und Altersstruktur

Die Sozialisation im Turnier- und Wettkampftennis ist zentrale Aufgabe des Regionstrainings. Turniere (Red-, Orange-, Greencup, Regions- und TNB-Meisterschaften) sind zentraler Bestandteil der Turnierplanungen der Kaderspieler*innen. Den Eltern werden auf turnusmäßig stattfindenden Elternabenden Turnierempfehlungen nach Altersklassen sowie klaren Vorgaben bezüglich der Mindestzahl gespielter Matches und Turniere pro Jahr transparent gemacht. Dabei gilt folgende Orientierungsgröße:

Juniorinnen/Junioren U 8: Kleinfeldturniere (je nach Leistungsstärke auch schon Orangecup), mindestens vier Turniere zuzüglich Regionsmeisterschaften

Juniorinnen/Junioren U 9: wünschenswert wären 8 Turniere aus dem Orangecup, weil die besten acht Turniere für die Orangecuprangliste gewertet werden; zuzüglich Regionsmeisterschaften

Juniorinnen/Junioren U 10: mindestens 8 Turniere aus dem Greencup, weil die besten acht Turniere für die Greencup-Rangliste gewertet werden; zuzüglich Regionsmeisterschaften; hier ist zu beachten, dass aufgrund der Ranglistenplatzierung im Greencup zum 01.10. des Jahres die Einstufung in die LKs erfolgt. Für die Zulassung zu Ranglistenturnieren ist die LK ein Kriterium. Je besser die LK ist, um so größer ist die Chance, zu Turnieren zugelassen zu werden.

Juniorinnen/Junioren U12/14/16: idealerweise mindestens 10 Ranglistenturniere, weil die besten zehn Turnierergebnisse für die Deutsche Rangliste gewertet werden bzw. obligatorisch sind für die Aufnahme in die Rangliste

Die Altersstruktur im Regionskader orientiert sich an folgender Verteilung:

U10 = 50 %, U12 = 30 %, U14/16 = max. 20 %.

Zusammenarbeit mit Heimtrainern und dezentralem Training

Die Zusammenarbeit mit den Vereinstrainern und den Trainern des dezentralen Trainings/Next Level ist für die optimale Trainingssteuerung unerlässlich. Regelmäßige gemeinsame Treffen mit den Heimtrainer*innen im Rahmen der Regionsmeisterschaften sind institutionalisiert. Zudem erfolgen fortwährend telefonische Absprachen mit den dezentralen Landestrainern über die Entwicklung der Landeskader Athletinnen und Athleten.

Kaderstruktur und Förderstufen

Die Unterteilung des Regionskaders in drei Stufen bildet kriterienorientiert den objektiven Leistungsstand der Kaderkinder ab. Unser dreistufiges Kadersystem beinhaltet folgende finanzielle Förderungen:

A-Kader (60 % Zuschuss): DTB-Rangliste Top 100, Landeskader-Zugehörigkeit, Top 5 OC/GC

B-Kader (50 %): DTB-Rangliste 101-200, OC/GC Top 6 - 10

C-Kader (40 %): DTB-Rangliste 201-300, OC/GC Top 11-15

D-Kader (30 %): DTB-Rangliste ab 301, talentierte Kids mit und ohne Turnier Erfahrung.

Zusätzliche Fördermaßnahmen

Regelmäßig finden Vorbereitungstrainings auf Meisterschaften inkl. motorischer Tests und Teamspielen statt. Wir bieten verlässlich Feriencamps und Speziallehrgänge (Athletiktraining) für unterschiedliche Altersklassen an. Der A-Kader erhält ggf. zusätzliche Trainingseinheiten mit höherem Zuschuss. Zur Identifikation mit der Region gibt es für alle Kaderspielerinnen und -spieler Bekleidung mit dem Regionslogo.