

Tennisspezifische Leistungsdiagnostik

„Im Training spiele ich viel besser als im Wettkampf“.

„Ich habe 4:1 im 3. Satz geführt, dann lief nichts mehr. Ich konnte einfach nicht mehr laufen, ich bin viel zu hektisch geworden, nichts klappte mehr. Eigentlich hätte ich das ganze Turnier gewinnen müssen!“

Geht es euch bzw. Ihren Kindern manchmal oder sogar öfter so?

Die Faktoren der sportlichen (Höchst-)Leistung im Tennissport sind ungemein vielfältig und für Kinder und Eltern nicht immer klar zu definieren.

Basierend auf diesen Erfahrungen hat die PMTR einige Tests entwickelt, die die Rahmenbedingungen der sportlichen Leistung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen analysieren und ihnen basierend auf den Ergebnissen Trainings- und Wettkampfeempfehlungen geben können.

Folgende Diagnose- und Empfehlungsmöglichkeiten bietet die PMTR Ihnen an:

Diagnose einzelner Leistungsfaktoren

Diagnose kompletter Leistungsbereiche

Allround Check aller Bereiche

Neugierig geworden?

Nähere Informationen:



Mintarder Str. 21,
Telefon: 0208/969 77 00
Mail: service@pmtr.de

45481 Mülheim/Ruhr
Fax: 0208/969 77 01
Internet: www.pmtr.de

Wegbeschreibung

Ihr Weg zu uns aus allen Himmelsrichtungen

Aus Richtung Süden (vom Breitscheider Kreuz)

Von der A3 bzw. der A52 zum Breitscheider Kreuz, an der Ausfahrt links auf die B1 (Kölner Straße), fünf bis sechs Kilometer geradeaus, bis auf der linken Seite McDonald Driveln kommt, dort links auf die Straßburger Allee, am Audi-Autohaus rechts einbiegen. Nach 300 m liegt eine große Tennishalle auf der linken Seite. Bitte auf den Parkplatz fahren. Das Büro der PMTR ist in der Tennishalle.

Aus Richtung Norden (von der A40)

Vom Kreuz Kaiserberg: Ausfahrt Mülheim a. d. Ruhr, an der Ausfahrt rechts bis zur Ampel, dort erneut rechts (Ruhrorter Straße), immer geradeaus (später Weseler Straße), bei Real rechts und sofort wieder links. Die nächste Abfahrt rechts, an der Ampel rechts und immer geradeaus, vorbei an der Stadthalle, über die Kreuzung und dann die erste links (dauert ein bisschen, aber sie kommt). Nach 300 m liegt eine große Tennishalle auf der linken Seite. Bitte auf den Parkplatz fahren. Das Büro der PMTR ist in der Tennishalle.

Aus Richtung Osten (von der A40 bzw. der A52)

1. Möglichkeit: von der A40 - Ausfahrt Heißen:

An der Ausfahrt geradeaus und immer dem Straßenverlauf folgen, über die Mendener Brücke, hinter VW rechts auf die Straßburger Allee, immer geradeaus, am Audi-Autohaus rechts einbiegen. Nach 300 m liegt eine große Tennishalle auf der linken Seite. Bitte auf den Parkplatz fahren. Das Büro der PMTR ist in der Tennishalle.

2. Möglichkeit: von der A52 Ausfahrt Kettwig:

Nach der Ausfahrt Mülheim Flughafen, auf dieser Straße bleiben, immer geradeaus Zeppelinstraße, an der Kreuzung hinter Tengelmann links und dem Straßenverlauf folgen, über die Mendener Brücke, hinter VW rechts auf die Straßburger Allee, immer geradeaus, am Audi-Autohaus rechts einbiegen. Nach 300 m liegt eine große Tennishalle auf der linken Seite. Bitte auf den Parkplatz fahren. Das Büro der PMTR ist in der Tennishalle.

Aus Richtung Westen (von der A3)

Von der Ausfahrt Wedau: Richtung Mülheim auf dem Uhlenhorstweg, nach der Aral Tankstelle rechts in den Saarnberg einbiegen. An der Ampel rechts, zweite Ampel links, die 2. Straße am Audi-Autohaus rechts einbiegen. Nach 300 m liegt eine große Tennishalle auf der linken Seite. Bitte auf den Parkplatz fahren. Das Büro der PMTR ist in der Tennishalle.

PMTR
**BTS-Sportsysteme-
Cup 2011**

BTS SPORTSYSTEME GMBH
Innovationen für Ihren Sport
www.bts-sportsysteme.de

Termin:

25.02. – 27.02.2011

**Einzelwettkampf mit
Nebenrunde**

U16

(weiblich und männlich)



Ort:



**PMTR, Mintarder Str. 21
45481 Mülheim an der Ruhr**

nähere Infos:

Tel.: 0208/969 77 00 www.pmtr.de
Fax: 0208/969 77 01 service@pmtr.de

VERSANDKOSTENFREI

bestellen bei **Tennis-Point** mit

Onlinecode **tp0hTx993z56**

Turnierbeginn: Freitag, 25.02.2011 ab 17.00 Uhr

Konkurrenzen: U16 weibl. und männl. (Jg. 95 und jü.)

Organisation und Meldung: PMTR Claus Uwe Schumann
 Mintarder Str. 21, 45481 Mülheim
 Tel: (0208) 969 77 00
 Fax: (0208) 969 77 01
 E-Mail: service@pmtr.de
 Internet: www.pmtr.de

Turniertelefon: 0208 / 969 77 00

Belag: Teppich

Turnierort: TennisCenter PMTR PMTR/Fliess
 Mintarder Str. 21 EssenbergeStr. 85
 45481 Mülheim 47059 Duisburg
 ETG
 Hafenstr.10
 45356 Essen

Meldeschluss: Freitag, 18.02.2011
 Die Annahme der Teilnehmer erfolgt nach Eingang der Meldungen.

Spielertermin: Der erste Spieltermin kann am Mittwoch, den 23. Februar, zwischen 09.00 – 13.00 Uhr telefonisch unter 0208 / 969 77 00 erfragt werden.

Nenngeld: 35,- € als Scheck der Meldung beilegen, oder per Überweisung auf folgendes Konto: HypoVereinsbank Essen (BLZ: 360 201 86), Konto-Nr.: 53 058 53
Achtung: Nenngeld bei Bezahlung vor Ort beträgt 38,- €

Die Meldung wird erst nach der Bezahlung des Nenngeldes gültig. Wertgutscheine von Tennis-Point

Preise:

Ober-

Schiedsrichter: Marc Dabrowski

Bälle: Dunlop Tournament

T.-Leitung: M. Lemke, K. Lemke,
 C.-U. Schumann, S. Schidlovski

Spielmodus:
 Es wird nach den Regeln der ITF, der Turnierordnung des DTB und des TVN gespielt. Der Turnierausschuss behält sich das Recht vor, Meldungen ohne Angabe von Gründen zurückzuweisen und die Turnierbestimmungen zu ändern. Außerdem wird eine **Nebenrunde** ausgespielt. So hat jeder Spieler mindestens 2 Spiele.

Spielkleidung:
 Alle Spieler spielen in Tenniskleidung. Fußballtrikots sind nicht erlaubt.

Achtung:
 Es darf nur mit Hallenschuhen mit glatter Sohle gespielt werden!

Wegskizze



Achtung bei Navigationssystemen:

Aus Richtung Kreuz Breitscheid:

Hinter McDonalds links in die Straßburger Allee einbiegen,

der Straße bis zum Audi Autohaus Wolf (linke Seite) folgen,

danach sofort rechts in die Mintarder Str. einbiegen.

Hiermit melde ich mich verbindlich für den BTS-Sportssysteme-Cup 2011 an:

Konkurrenz: männlich weiblich
 U 16 U 16

Name: _____

ID-Nr.: _____ **Rangliste:** _____

Geb.-datum: _____

Verein: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.: _____ **Fax:** _____

Handy: _____

E-Mail: _____

35,- € Nenngeld wird überwiesen
 als Scheck beigelegt

Datum

Unterschrift (eines Erziehungsberechtigten)

Achtung: Nenngeld bei Bezahlung vor Ort beträgt 38,- €