



# Tischtennis-Jugendtraining bei der TS/BSG

## Herzogenaurach

### Trainingsbedingungen

Wir haben gute Trainingsbedingungen mit zwischen zwei und vier Trainern, bis zu 12 Tischen am Freitag für Anfänger und Mannschaftsspieler und 7 Tischen am Dienstag für Mannschaftsspieler.

### Schnuppertraining

Wer beim Training mitmachen möchte und unter 12 Jahre alt ist, kann *nach vorheriger Absprache mit einem Trainer* gerne vorbeikommen. Neue Teilnehmer nehmen wir an folgenden Freitagen zum Schnuppern auf:

2026: 2.10. 4.12.                      2027: 12.2. 9.4 7.5 4.6 1.10. 3.12.

Spielvoraussetzungen müsst ihr keine erfüllen. Je früher ihr beginnt, desto besser könnt ihr später werden.

Zum Training kommt ihr bitte in Sportkleidung (am besten kurz) und Hallenschuhen. Beim Tischtennis solltet ihr *keine* weiße Sportkleidung tragen, damit ein Kontrast zum weißen, kleinen Ball besteht. Einen eigenen Schläger müsst ihr nicht unbedingt mitbringen, wir können euch am Anfang Vereinsschläger leihen.

Eltern und Erziehungsberechtigte können gerne beim Training zuschauen. Sie sollen jedoch beim Betreten der Halle auch Hallenschuhe tragen.

Ihr könnt ein paarmal am Training teilnehmen, ohne Vereinsmitglied zu sein. Danach ist eine Beitrittserklärung auszufüllen.

### Tischtennisschläger

Das Vereinstischtennis unterscheidet sich vom Freizeittischtennis vor allem dadurch, dass der Ball sehr stark in Rotation versetzt wird. Das Erlernen der entsprechenden Techniken ist nur mit einem geeigneten Schläger möglich. Diese sind in der Regel nur im spezialisierten Tischtennis-Fachhandel erhältlich. Die Beläge müssen von der ITTF zugelassen sein.

Bevor man das neue Material kauft, sollte man es auf alle Fälle testen und mit einem Trainer absprechen.

### Liga - Spielbetrieb

Wir erwarten, dass jeder am Spielbetrieb teilnimmt, sobald er über eine ausreichende Spielstärke verfügt.

### Mitgliedschaft im Verein, bzw. der TT-Abteilung

Wer noch kein Mitglied bei der TS 1861 Herzogenaurach ist, erhält von den Trainern einen Antrag.

Dazu erhältst du von uns auch noch ein Formular zur Abfrage der Kontaktdaten. Bitte gib diese Formulare ausgefüllt und von deinen Eltern unterschrieben bei einem der Trainer ab.

### Trainingszeiten

Mannschaftsspieler:	Dienstag	17:15 Uhr bis 19.00 Uhr	TS Halle
	Freitag	17:15 Uhr bis 19.00 Uhr	Mittelschule
<b>Anfängertraining :</b>	Freitag	17:15 Uhr bis 18:45 Uhr	Mittelschule

Während der Schulferien findet kein Training statt.

# Unsere Regeln

Damit alle Freude am Training haben und davon profitieren, sich niemand verletzt und wir unser Material möglichst lange nutzen können, ist es wichtig, dass wir einige Regeln einhalten.

1. Wir sind pünktlich zum Trainingsbeginn umgezogen in der Halle, wer später kommen oder früher gehen muss, gibt den Trainern vorher Bescheid.
2. Solltest du körperliche Beschwerden haben, wendest dich an einen Trainer.
3. Ein Tischtennis-Tisch wiegt ca. 130 kg. Um zu vermeiden, dass er umkippt und uns verletzt, werden die Tische nur zu zweit langsam und vorsichtig in Längsrichtung ausschließlich von den großen Kindern, die mindestens 13 Jahre alt sind, geschoben. Die Tische werden auch nur zusammen mit einem Erwachsenen oder Kindern über 15 Jahren auf- oder zugeklappt.
4. Wir gehen fair miteinander um, niemand wird geärgert, beleidigt oder körperlich angegangen. Könnt ihr Probleme nicht unter euch lösen, wendet ihr euch an einen Trainer. Gegenseitiger Respekt ist selbstverständlich. Grobe Beleidigungen oder unfaires Verhalten führen zum Trainingsausschluss.
5. Wir stören andere nicht beim Spielen.
6. Tischtennis ist ein fairer Sport, wir mogeln nicht und streiten uns nicht um Ergebnisse.
7. Wir akzeptieren die zugeteilten Trainingspartner und sind bereit, mit jedem zu trainieren.
8. Wir trainieren als Team, bauen auf und ab und sammeln gemeinsam Bälle auf.
9. Wir gehen sorgsam mit dem Material um (z. B. Leihschläger, Bälle, Tische, Banden und Ballaufsammelhilfen). Netze werden beim Befestigen am Tisch nur leicht festgedreht. Wir legen Schläger und Ballaufsammelhilfen nicht auf den Boden und achten darauf, dass um unsere Füße herum keine Bälle liegen. Niemand verlässt die Halle am Ende des Trainings, bevor alle Bälle aufgesammelt und alle Materialien aufgeräumt sind. Beschädigte Bälle werden nicht in die Balleimer und -körbe zurückgelegt, sondern beim Trainer zur Entsorgung abgegeben.
10. Wenn die Trainer etwas erklären, stellen wir das Training ein und hören zu.
11. Wir machen die vorgegebenen Übungen so lange, bis ein Trainer eine neue Übung vorgibt. Dabei versuchen wir, die Übung möglichst oft zu wiederholen. Danach sammeln wir mit der Ballaufsammelhilfe die Bälle wieder auf. Klappt die Übung nicht, wenden wir uns an einen Trainer.
12. Anfragen der Trainer z. B. über WhatsApp / E-Mail beantworten wir zeitnah, damit andere Mitspieler, Trainer, Sponsoren, Fahrer oder Gegner nicht auf uns warten müssen.
13. Bin ich krank, nehme ich nicht am Training teil.
14. Training begreife ich als Herausforderung und Chance zur eigenen Leistungssteigerung.
15. Verlässlichkeit und Disziplin sind unverzichtbare Voraussetzungen für die Ausübung eines Mannschaftssports.
16. Ich sage dem Trainer rechtzeitig ab, wenn ich nicht am Spiel teilnehmen kann.
17. Eltern: Wir akzeptieren die Entscheidungen des Trainers.
18. Eltern: Wir sind bei Auswärtsfahrten und Veranstaltungen des Vereins unterstützend tätig.