



IS GÖTA

T E N N I S

IS GÖTA TENNIS

KURSUTBUD 2025-2026

NYTT KONCEPT HÖSTEN 2025

- EN ANMÄLAN PER ÅR/PERIOD. MINIMERA ANTAL ANMÄLNINGAR
- TYDLIGHET
- FLER TRÄNINGSTILLFÄLLEN
- FOKUS PÅ SPEL, MATCH, SERVE, MULTISKILLZ, FYSISK AKTIVITET
- FOKUS PÅ ATT MOTIVERA OCH INSPIRERA TILL LÄRANDE SAMT TILL FLER TILLFÄLLEN/BOLLKONTAKTER/VECKA
- AKTIVITETSRUMMET ÄR VIKTIGT OCH SKALL INBJUDA TILL AKTIVITET VARJE DAG!
- MER SPONTANSPEL OCH SPEL PÅ HELGER, LOV ETC.
- NYA GÖTAHALLEN SKALL VARA EN ATTRAKTIV MÖTESPLATS
- INTRODUCERA OCH INKLUDERA MATCHSPEL PÅ ALLA NIVÅER

Juniortennis

2 kategorier

Vuxentennis



IS GÖTA
TENNIS

ANMÄLAN GÖTAHALLEN, TALLSKOGEN OCH RAMLÖSA 2025-2026

Period: 1 sep 2025 – 20 juni 2026

Termin 1: 1 sep – 20 dec, 15 veckor

Termin 2: 5 jan – 2 maj, 15 veckor

Termin 3: 4 maj – 20 juni, 7 veckor

Anmälan deadline: 15 aug

Anmälan/avanmälan deadline: 8
dec, 20 april

Vi tar även emot löpande
anmälningar

ANMÄLAN HITTARPSHALLEN OCH RACKETOASEN 2025- 2026

Period: 1 sep 2025 – 5 juni 2026

Termin: 1 sep – 20 dec, 15 veckor

Termin 2: 5 jan – 5 juni, 20 veckor

Anmälan deadline: 15 aug

Anmälan/avanmälan deadline: 8 dec

Vi tar även emot löpande
anmälningar

ÅRSKALENDER

Götahallen
inomhus
15 veckor
1 sep – 20 dec

Götahallen
inomhus
15 veckor
5 jan – 2 maj

Ramlösa/Tallskogen
utomhus
7 veckor
4 maj – 20 juni

Götahallen
Höstlov, jullov, sportlov,
påsklov:
- Extraaktiviteter:
Intensivkurser, drop-in,
Camps, clinics, etc.

Tallskogen - Ramlösa
SOMMARTENNIS
23 juni – 18 juli

Hittarpshallen
Inomhus
15 veckor
1 sep – 20 dec

Hittarpshallen
Inomhus/utomhus
20 veckor
5 jan – 5 juni

Götahallen
Höstlov, jullov, sportlov,
påsklov:
- Extraaktiviteter:
Intensivkurser, drop-in,
Camps, clinics, etc.

Tallskogen - Ramlösa
SOMMARTENNIS
23 juni – 18 juli

2 ANLÄGGNINGAR INOMHUS

Götahallen
Planteringsvägen 141 b

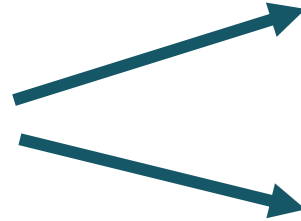
Hittarpshallen
Gummarpsvägen 15

3 ANLÄGGNINGAR UTOMHUS

Tallskogen
Koppargatan 17

**Ramlösa
Brunnspark**
Folke Bernadottes väg 443

Racketoasen
Gummarpsvägen 15



JUNIORTENNIS

- **Röd Nivå (Minitennis)**

- 1-3 ggr/vecka + Multiskillz/aktivitet
- Måndag, onsdag, och lördag
- 45-60 min/tillfälle
- Följer Spelutveckling ROG med utrustning, metodik, målsättningar samt matchspel
- Ålder 4-7 år
- Längd: 37 veckor Götahallen. 35 veckor Hittarpshallen
- Jul och sommaravslutning ingår
- Fri tillgång till aktivitetsrummet ingår på Götahallen



JUNIORTENNIS

- **Orange Nivå (Miditennis)**

- 1-4 ggr/vecka + Multiskillz/Match/Serve pass under terminen (Götahallen)
- Måndag – fredag samt lördag/söndag
- 60 min/tillfälle
- Från Hösten 2025: Följer Spelutveckling ROG med utrustning, metodik, målsättningar samt matchspel
- Ålder 7-9 år
- Längd: 37 veckor Götahallen. 35 veckor Hittarpshallen
- Multiskillz, match-, och serveträning ingår
- Jul och sommaravslutning ingår
- Inbjudan till träningsläger
- Fri tillgång till aktivitetsrummet ingår



IS GÖTA
TENNIS

JUNIORTENNIS

- **Grön Nivå (Maxitennis)**

- 1-5 ggr/vecka+ Multiskillz/Fys/Match/Serve under terminen (Götahallen)
- Måndag – fredag samt lördag/söndag
- 60 min/tillfälle
- Från Hösten 2025: Följer Spelutveckling GRÖN med utrustning, metodik, målsättningar samt matchspel
- Ålder 9-12 år
- Längd: 37 veckor Götahallen. 35 veckor Hittarpshallen
- Multiskillz, fys-, match och serveträning ingår
- Jul och sommaravslutning ingår
- Inbjudan till träningsläger
- Fri tillgång till aktivitetsrummet ingår

JUNIORTENNIS

- **Ungdomstennis gul boll**

- 1-2 ggr/vecka
- Måndag – fredag samt lördag
- 60 min/tillfälle
- Ålder 12-19 år
- Längd: 37 veckor Götahallen.
- Jul och sommaravslutning ingår
- Prova på matchspel 1-2 ggr/termin erbjuds
- Tränar-, och ledarutbildning erbjuds och bekostas av klubben
- Möjlighet till internt matchspel
- Fri tillgång till gymmet och aktivitetsrummet



IS GÖTA
TENNIS

JUNIORTENNIS

- **Tävlingsgruppen**

- 3-5 ggr/vecka+ fys/match/serve under terminen (Götahallen)
- Måndag – fredag samt lördag/söndag
- 60 - 90 min/tillfälle
- Ålder 10-19 år
- Längd: 37 veckor Götahallen
- Jul och sommaravslutning ingår
- Fysträning, extra match och serveträning ingår
- Match/seriespel
- Tränar-, och ledarutbildning erbjuds och bekostas av klubben
- Möjlighet till internt matchspel
- Fri tillgång till gymmet och aktivitetsrummet

VUXENTENNIS

- **Vuxentennis**

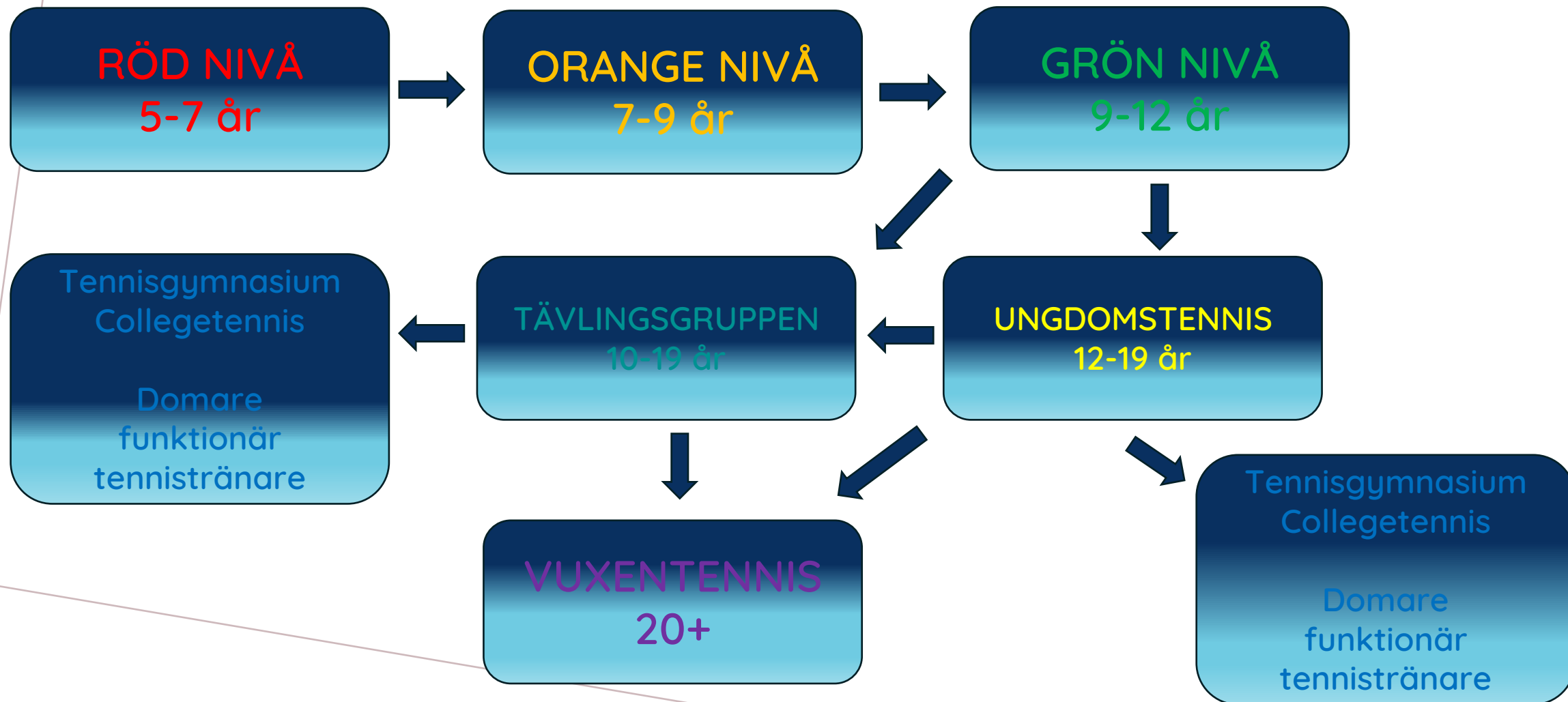
- 1-2 ggr/vecka
- Måndag – torsdag samt söndag. Även dagtid måndag - fredag
- 60 min/tillfälle
- Ålder +20 år
- Längd: 37 veckor Götahallen.
- Träningsläger erbjuds
- Events erbjuds
- Privatlektioner erbjuds
- Möjlighet till internt matchspel (ligaspel)
- Fri tillgång till gymmet och aktivitetsrummet ingår





IS GÖTA
TENNIS

TRÄNINGÖVERSIKT



MEDLEMSKAP

Medlemspriser
Junior: 250 kr/år
Vuxen: 400 kr/år
Familj: 650 kr/år

- Blir ni medlemmar i IS Göta så ingår medlemskap i samtliga sektioner; tennis, friidrott och bowling

Våra medlemsförmåner

- Deltaga i klubbens kursutbud
- Få erbjudanden om klubbkläder och kampanjer
- Deltaga i extra aktiviteter
- Deltaga i klubbens sommar-, och julavslutning
- Möjlighet till att delta i seriespel
- Möjlighet att utbilda sig till tennistränare samt arbeta inom klubben
- Tillgång till vårt lukrativa digitala medlemskort via SportAdmin
- Möjlighet att delta på träningsläger
- Rabatt på banhyra i Götahallen
- Rabatt på banhyra på våra utomhusbanor i Ramlösa Brunnspark och Tallskogen
- Tillgång till vårt gym och aktivitetsrum i Götahallen
- Rabatter i vår shop i Götahallen

