



Play+Stay ist eine Initiative der ITF (International Tennis Federation), die sich mit den weltweiten Problemen von Tennis beschäftigt und Maßnahmen zur Steigerung der Attraktivität ergreifen möchte.

Das Play+Stay Programm wurde 2007 offiziell und weltweit eingeführt. Mehr als 50 Länder sind an der Umsetzung des Programmes beteiligt.

Tennis ist nach wie vor eine attraktive Sportart, allerdings gibt es einige Gründe, die die ITF bewegen hat, sich mit der Thematik umfassend zu beschäftigen:

- Der Tennismarkt stagniert in vielen Ländern.
- Es existiert ein hoher Wettbewerb auf dem Freizeitsektor.
- Auf veränderte Konsumgewohnheiten ist zu reagieren.
- Junge Leute zwischen 16 – 35 Jahren suchen Aktivitäten, die nicht viel Zeit in Anspruch nehmen.
- Tennis wird als schwer erlernbare Sportart empfunden.
- Es wird zu viel Wert auf die Tennistechnik gelegt....., es wird nicht genug Tennis gespielt!!
- Spieler haben das Problem geeignete Spielpartner zu finden.

Es ist die allgemeine Meinung, dass es nach wie vor Wachstumspotentiale gibt, es aber an einer gemeinsamen Aktion fehlt, um mehr Menschen für den Tennissport zu begeistern und zu binden. Die ITF, als Internationaler Tennisverband, hat unter Einbindung von wichtigen Tennisnationen federführend die Play+Stay Kampagne initiiert. Die Dachverbände der Mitgliedernationen greifen das Konzept auf und adaptieren es an die jeweiligen Bedingungen der Länder. Die offizielle Einführung in Deutschland war im November 2007 auf der 59. Mitgliederversammlung des DTB in Dresden.

Die Botschaften der Initiative Play+Stay

Tennis ist einfach, gesund, spannend und der beste Sport für dich...

... mit der richtigen Lehrmethode

... mit geeignetem Material

... mit passenden Spiel- und Wettkampfformen

... mit gesundheitsorientierten Trainingsangeboten

Von der ersten Stunde an müssen die Spieler im Training aktiv sein, Freude an der Bewegung finden, erfahren was Tennis ausmacht, auf den „Geschmack kommen“ und Erfolgserlebnisse haben.

Das funktioniert, wenn von der ersten Stunde an das Spielen und nicht das Technikkennen im Vordergrund steht. Dafür ist es notwendig die Feldgröße, die Schläger und vor allem die Bälle an die jeweiligen individuellen Voraussetzungen anzupassen.

Tennis spielend lernen durch Spielen über verschiedene Entfernungen (Spielen über 3 m, Spielen in den Aufschlagfeldern, Spielen über 18 m, Spielen im Tennisfeld). Durch die

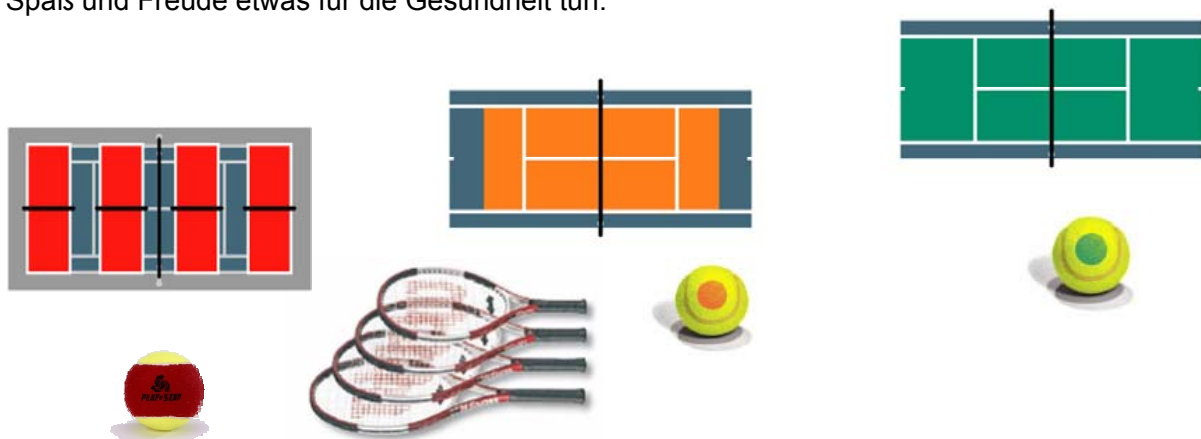
allmähliche Vergrößerung des Spielfeldes passt der Spieler seine Schlagbewegungen an, er wird den Ball etwas härter und etwas höher über das Netz spielen.

Er wird dazu etwas mehr ausholen und sich auch mehr zum Ball bewegen müssen. Der kleine Platz (3 m Platz) erfordert hingegen ein ruhiges, behutsames Treffen des Balles mit einer kurzen Schlagbewegung. Der Ball wird vor dem Körper getroffen und in einer deutlichen Höhe über das Netz zum Partner gespielt.

Ziel ist es, dass ein Anfänger schon in der ersten Tennisstunde aufschlagen, retournieren und um Punkte spielen kann. Für die unterschiedlichen Spielfelder werden verschiedene Bälle in den Farben **ROT** – **ORANGE** – **GRÜN** angeboten. Die druckreduzierten und dadurch langsameren Bälle ermöglichen ein schnelles Spielen mit einem Partner. Dieser spielorientierte Ansatz macht das Spiel leicht und attraktiv. Die reduzierte Feldgröße führt zu einer besseren individuellen Technik, mit weniger extremen Griffen und schnellen taktischen Fortschritten (Netzspiel, Return).

Tennis ist aber auch Wettkampf, daher sind vielfältige Spiel- und Wettkampfformen im Play+Stay Konzept vorgesehen. Der Wettkampf ist eine wichtige Antriebsfeder des Sports, es gilt jedoch das passende Format abhängig von Spielstärke, Alter und Zeitmöglichkeiten zu finden.

Dass die Ausübung des Tennissports positive Effekte auf Wohlbefinden und Fitness hat ist erwiesen, muss aber viel stärker in den Focus der Öffentlichkeit gelangen. Für das gesundheitsorientierte Training einer größeren Gruppe (8-10 Teilnehmer) bietet sich das Cardio Tennis an, eine Fitness- und gesundheitsorientierte Variante des Tennissports. Das Training findet in der Gruppe zu Musik statt und wird von zertifizierten Cardio Tennis Trainern geleitet. Dabei bleibt die Herzfrequenz kontinuierlich im aeroben Trainingsbereich und jeder kann mit Spaß und Freude etwas für die Gesundheit tun.



Zur Umsetzung der methodischen Stufen Rot, Orange und Grün und für die Durchführung eines Cardiotrainings werden verschiedene Materialien benötigt. Alle benötigten Materialien wie Bälle, Schläger, Netze, Platzlinien und Trainingshilfen sind in den entsprechenden „PLAY+STAY“-Spezifikationen im Handel erhältlich.

Der große Materialbedarf und die vermeintlich hohen Anschaffungskosten mögen den einen oder anderen Trainer bzw. Verein zurückschrecken lassen. ABER es gibt viele Vorteile, bei dem Einsatz von kleineren Plätzen und langsameren Bällen. Und einer ist ganz entscheidend: Das positive Ersterlebnis auf dem Tennisplatz! So gelingt es, dem Spieler von Anfang an Spaß am Tennis zu vermitteln und ihn zu binden – an den Tennissport, den Verein und den Trainer. Übrigens: Der Verschleiß der druckreduzierten Bälle ist wesentlich geringer als der der regulären Tennisbälle.