

--	--	--	--	--

Koordinasjon - kast & mottak
med 1 og 2 baller

--	--	--	--	--

Spill 6 BH annenhver
rett og cross med trener

--	--	--	--	--

Spill 6 FH annenhver
rett og cross med trener

--	--	--	--	--

Spill 5 BH med trener
- 3/5 baller må lande
i korridoren

--	--	--	--	--

Spill 5 FH med trener
- 3/5 baller må lande i
korridoren

--	--	--	--	--

Serve med koordinert
armbevegelse fra
doublelinjen - diagonalt

--	--	--	--	--

Spill 6 volley,
annenhver FH og BH,
innenfor 2 x 2 m

3/5

KLARER DU MINIMUM 3
AV 5 FÅR DU GODKJENT

NÅR DU HAR FÅTT
GODKJENT ALLE 6
ØVELSENE HAR DU
BESTÅTT RØDT NIVÅ 3

TRENER MÅ SIGNERE
NÅR NIVÅET ER BESTÅTT

SIGNATUR:



TENNIS KIDS

PASSPORT

RØDT NIVÅ 3

Navn:

Klubb:

