



TENNIS JUNIOREN

Sicher, stark, inspirierend.

*TENNIS IST MEHR ALS NUR EIN SPORT
– ES IST EIN ORT, AN DEM IHR KIND
SOWOHL AUF ALS AUCH NEBEN DEM
PLATZ WACHSEN KANN. TENNIS WIRD
ZUR GRUNDLAGE FÜR WACHSTUM UND
SELBSTVERTRAUEN.*

Long Arnold

**DIPL. TENNISLEHRER
WETTKAMPFTRAINER B**

TEL. 079 325 41 21
LONG.ARNOLD@BLUEWIN.CH

WWW.LONGARNOLD.CH

BINDUNG

Tennis als sicherer Ort für die Entwicklung Ihres Kindes.

Auf und neben dem Tennisplatz

In jeder Unterrichtsstunde schaffen wir eine Atmosphäre emotionaler Sicherheit, in der sich Kinder **gesehen, gehört und respektiert fühlen**. So können sie Herausforderungen selbstbewusst annehmen, aus Fehlern lernen und Schritt für Schritt Resilienz aufbauen.

Durch Tennis entwickelt Ihr Kind nicht nur Technik, Koordination und Taktik, sondern auch wichtige Lebenskompetenzen: **Geduld, Konzentration, Vertrauen und die Freude am Streben nach persönlichen Zielen.**

Bindung zwischen Spieler & Trainer

- **Ich werde wertgeschätzt** – meine Anwesenheit zählt.
- **Ich werde ermutigt** – ich fühle mich unterstützt, es zu versuchen, auch wenn ich scheitere.
- **Ich fühle mich sicher** – ich kann ohne Angst Fehler machen.
- **Ich bin inspiriert** – ich möchte wachsen und mich verbessern.
- **Ich gehöre dazu** – ich fühle mich als Teil der Gruppe/des Teams.
- **Ich werde gefordert** – mein Potenzial wird bewusst gefördert.
- **Ich werde akzeptiert** – so wie ich bin, nicht nur für meine Leistungen.
- **Ich empfinde Freude** – Tennis zu lernen macht Spaß und ist erfüllend.

Der richtige Trainer macht den Unterschied

Tennis ist mehr als nur ein Sport – es ist ein Ort, an dem Ihr Kind wachsen, lernen und sich entfalten kann. Mit fachkundiger Anleitung, individueller Betreuung und einer herzlichen, respektvollen Atmosphäre unterstützen meine Trainer und ich die Spieler dabei, Fähigkeiten, Selbstvertrauen und Sportsgeist zu entwickeln.





Guter Trainer

Ein guter Trainer ist **präsent** und **emotional verfügbar** und nimmt die Fortschritte, Schwierigkeiten und Gefühle Ihres Kindes wahr. Er **hört zu, um zu verstehen**, reagiert mit **Einfühlungsvermögen** und fördert die Entwicklung mit **Wärme** und **Authentizität**. Er ist **respektvoll, fürsorglich** und **konsequent** und schafft eine **sichere Umgebung**, in der sich Ihr Kind **gesehen, gehört** und **wertgeschätzt** fühlt. **Neugierig** und **aufgeschlossen** passt er seinen Unterricht an die **Persönlichkeit** und den **Lernstil jedes Kindes** an und **motiviert** es, sein **Potenzial auszuschöpfen**. Gleichzeitig fördert er **Selbstvertrauen, Belastbarkeit** und die **Liebe zum Tennissport**. Vor allem **unterstützt** ein guter Trainer nicht nur die **Tennisentwicklung**, sondern auch die **persönliche Entwicklung** auf und neben dem Platz.

ELTERN WÄHLEN EINEN TENNISTRAINER FÜR IHR KIND WEGEN...

1. Coaching-Expertise

- **Erfahrung und Referenzen:** Langjährige Erfahrung als Trainer, anerkannte Ausbildungen und Erfahrung mit verschiedenen Altersgruppen.
- **Technisches Wissen:** Beherrschung von Tennisfähigkeiten, -strategien und Spielerentwicklung.
- **Erfolgsbilanz:** Nachgewiesene Fähigkeit, die Fähigkeiten von Spielern zu verbessern und ihnen beim Erreichen ihrer Ziele zu helfen.

2. Kind zentrierter Ansatz

- **Individuelle Betreuung:** Anpassung des Coachings an die Persönlichkeit, den Lernstil und das Potenzial eines Kindes.
- **Entwicklungsschwerpunkt:** Ausbalancierung technischer Fähigkeiten mit geistiger, emotionaler und sozialer Entwicklung.
- **Geduld und Einfühlungsvermögen:** Berücksichtigung des Lerntempos des Kindes und konstruktives Feedback.

3. Emotionale Sicherheit und Verbundenheit

- **Respektvolle Kommunikation:** Behandelt Kinder freundlich und fair.
- **Vertrauen und Wärme:** Schafft eine Umgebung, in der sich Kinder sicher fühlen, Dinge auszuprobieren, zu scheitern und sich zu verbessern.
- **Motivation und Ermutigung:** Inspiriert Kinder, engagiert und selbstbewusst zu bleiben.

4. Professionalität und Organisation

- **Zuverlässige Planung und Konstanz:** Eltern wünschen sich verlässliche Unterrichtszeiten und Kommunikation.

- **Transparente Programme und Fortschrittsverfolgung:** Klare Struktur für Kompetenzentwicklung und Ziele.

- **Sicherheitsstandards:** Sowohl die körperliche Sicherheit als auch das emotionale Wohlbefinden haben Priorität.

5. Positives Umfeld

- **Inklusiv und fair:** Alle Qualifikationsstufen, Persönlichkeiten und Hintergründe sind willkommen.
- **Teamgeist und soziale Entwicklung:** Möglichkeiten zur Interaktion und Zusammenarbeit mit Kollegen.
- **Vorbildqualitäten:** Integrität, Sportlichkeit und Respekt werden konsequent vorgelebt.

6. Über 35 Jahre Erfahrung als Trainer

- **Vertrauen** zu Spielern und Eltern aufbauen.
- **Über das Übliche hinausgehen**, um jedem Kind zu helfen, sein Potenzial zu entfalten.
- Ein **Gemeinschaftsgefühl und Inklusion** schaffen, in dem sich jeder Spieler wertgeschätzt fühlt.
- **Gesunde Kommunikation** fördern und Eltern und Spielern aufmerksam **zuhören**.
- Das **individuelle Potenzial** jedes Spielers erkennen, unterstützen und entwickeln.
- **Achtsam und aufmerksam** bleiben und sowohl die emotionalen als auch die sportlichen Bedürfnisse junger Sportler verstehen.



LONG ARNOLD

Tennis Reise

TENNIS ALS LEBENSLANGE REISE

Nach über 35 Jahren als Trainer ist mir eines klar: Beim Tennis geht es nicht nur darum, Spiele zu gewinnen – es geht darum, als Person zu wachsen. Auf dem Platz begegnen Spieler Angst, Druck und Frustration und lernen, diese zu überwinden. Abseits des Platzes werden diese Lektionen zu Werkzeugen fürs Leben: Belastbarkeit, Disziplin und Freude.

Tennis ist eine Reise. Jedes Spiel, jede Trainingseinheit, jede Herausforderung prägt uns. Der Sport schafft nicht nur Gewinner auf der Anzeigetafel – er schafft Gewinner im Leben.

Tennis formt den Charakter – Punkt für Punkt, Spiel für Spiel.

Tennis vermittelt Lebenslektionen – wie man Herausforderungen bewältigt, Siege feiert und weiter vorankommt. Diese Lektionen bleiben Ihrem Kind für immer im Gedächtnis.

August 2025

TENNIS IST MEIN SPORT

In meinem Blog teile ich, was ich in jahrzehntelanger Arbeit mit Spielern aller Altersklassen und Leistungsstufen gelernt habe. Sie finden Beiträge zu Technik, mentaler Stärke, persönlichem Wachstum und den tieferen Werten, die uns Tennis vermittelt.

Tennis Know-How

www.longarnold.ch/blog

