

**ITF WORLDWIDE  
COACHES CONFERENCE-  
VALENCIA  
2009.**

Andrej Tonejc

HTS

# ITF WCC VALENCIA 2009

- KRATKI OPIS GLAVNIH TEMA I PREDAVAČA
- NAGLASITI 3 PREDAVANJA
  - Mark Kovacz (SAD)
  - Machar Reid i Bruce Elliott (AUS)
  - Jofre Porta (ex trener Moya)

# ITF WCC VALENCIA 2009



- 100 godišnjica Španjolskog saveza
- 5 dana preko 50 predavača
- glavni teren + 4 predavaonice (u isto vrijeme)

# ITF VALENCIA 2009



## ■ DAVE MILEY ITF

- cilj ITF-a: povećati mogućnost za natjecanja u svijetu
- razvoj većeg broja tenisača u svijetu
- povećati sudjelovanje u tenisu (play and stay)
- GS i MOO doniraju ITF-u 4.4 milijuna USD

# ITF WCC VALENCIA 2009



- Miguel Crespo ITF
  - važnost  
“coachinga”(planiranje, organiziranje, provođenje, kontrola programa)
  - Uspjeh igrača i trenera nije slučajnost- rezultat višegodišnjeg planiranja

# ITF WCC VALENCIA 2009

## ■ OSTALI PREDAVAČI:

- Carl Maes- Belgija; ženski tenis (drugačiji pristup treningu nego kod muškaraca)
- Frank Von Frayenkowen i Ivan Molina- koje su karakteristike talenata u tenisu (brzo uče, kreativni, prilagodba novim situacijama, drže koncentraciju)
- Francis Roig (trener Nadala)- prvo naučiti obranu, pa nakon toga napad/ današnja igra se svodi na što bržu igru i da se protivniku ne da vremena za pripremu na dobar udarac
- Stuart Miller ITF -Anti doping- "Therapeutic use Exemption" TUE + 46 8 555 10 999 (info za provjeru nedozvoljenih sredstava)

# ITF WCC VALENCIA

## Akademije u Španjolskoj

- Juan Carlos Ferrero- Alicante, 350km od Valencie, 10 zemlja, 7 tvrda, 1 indoor, ljetni kampovi
- Sanchez-Casal akademija- Barcelona, 27 tvrda, 14 zemlja, trener na 5-6 igrača
- Academy Global- Mallorca, Jofre Porta (ex Moya), 5 zemlja, individualni pristup igračima
- **TennisVal- Valencia**, 16 zemlja, 2 tvrda, 2 igrača na terenu, 1 trener na 2 terena.
- Tennis Academy BTT- Barcelona, 14 zemlja, 4 tvrda, skupa akademija, 1 trener na dva igrača max, rade sa LTA i USTA
- Academy top team- Louis Bruguera, 18 trenera, 3 konda, 2 mentalna trenere, 20 profesora u školi- naglasak na tenis i školu

# Mark Kovacz (USA)

## Kretanje u tenisu

- sva kretanja koja igrači treniraju moraju biti specifična za tenis
- prosječni poen <10sek; prosjek 4 promjene smjera po poenu; u meču 70% bočno kretanje/ 20% prema naprijed/ 8% kretanje unatrag/
- situacije na terenu:
  - kretanje na osnovnoj crti
  - reakcija na kratku loptu
  - kretanje na loptu u stranu
  - kretanje na duboku loptu iz osnovne linije
  - izmicanje na forhend



# Mark Kovacz (USA)

## Kretanje u tenisu



# Bruce Elliott i M.Reid (Aus)

## BIOMEHANIKA SERVISA

### RAZVOJ RITMA KOD SERVISA

- razlike kod igrača u 11g-15g-seniori
- kod 11g RITAM je najvažniji-
- upotreba odraza na nogama važnija kod 15g nego kod 11g
- PRIMJERI-
  - servis zatvorenih očiju (osjetiti kontakt sa loptom)
  - bacanje lopte se ne uči izolirano nego se upotrebljava i L i D ruka- ruke moraju raditi zajedno za boji RITAM
  - bacanje lopte je bitan dio servisa
  - pronalaženje svog ritma servisa (brojanje od 1-10)

# M. Reid i Bruce Elliott (AUS) Razvoj ritma kod servisa



# Jofre Porta (ESP)

## Maillorca

- naglasak na razvoju dobrog rada nogu
- vježbe (drillovi) – trener baca lopte iz ruke 4-6 u različitim smjerovima
- tempo izbacivanja lopti iz ruke je da igrač mora trčati na 100% kako bi se uočili problemi u ravnoteži kod udaraca (igrač hvata loptu rukom)

# Jofre Porta 1 (ESP Moya)



# Jofre Porta 2 (ESP Moya)



# ITF WCC VALENCIA 2009

## Zaključak

- naglasak važnosti "coachinga" i edukacije trenera u budućnosti
- razvoj vrhunskih juniora nije slučajno - potrebno je veliko znanje trenera
- tenis u budućnosti ovisi o našoj želji i energiji koju ulažemo u tenis danas