



Ansvarig Padel
Fredrik Gustavsson

Tränare
Eric Davidsson
Gustav Björklund
Joel Åkerlund

Föreningsägd hall
3 banor
Seriespel dam/herr 84 lag
Vuxenträning
Drop in aktiviteter varje
vecka

Juniorverksamhet
140 juniorer
3 kategorier av träning
Grundskola (7-12 år)
Padelskola (12-19 år)
Tävlingsgrupp 4 nivåer
Klubb, Regional, Nationell, Internationell

Grundskolan (7-12 år)

Mål: Introduktion till padel.

Grundläggande moment som till exempel tidig baksving, splitstep, bollträff och avslut i samtliga slag introduceras.

Padelskolan (12-19 år)

Mål: Motionsspelare.

Målet är att ge varje spelare en stabil grund att stå på och en möjlighet att utvecklas vidare utifrån sina egna förutsättningar oavsett ålder och nivå.

- Spelaren erbjuds träning 1-2 timmar i veckan (i mån av plats).
- Grundskolan/Padelskolan är för spelaren som ej vill ha några krav på att spela tävlingsmatcher.
- En träningsplanering med fokus på olika teman och träningsmoment följs under terminens gång.
- Spelaren behärskar sitt eget spel mer tekniskt och taktiskt efter varje termin. Spelaren leds och uppmuntras under terminens gång att vilja spela match och poängspel, som framöver leder till eget spontant spel samt möjligheten att kunna delta i klubbens olika aktiviteter som KM och klubbigan.

Tävlingsgrupp - KLUBB

Mål: Att fortsätta tävla, fokus i första hand på klubbens egna tävlingar.

Krav: Att hålla igång tävlandet, försöker uppnå minimum 20-talet matcher per år.

- Spelaren erbjuds träning 2-4h i veckan (i mån av plats)
- Deltar i KM, DJTK seriespelet vid uttagning, klubbligan samt sanktionerade juniortävlingar i Stockholm.
- En kravlös grupp rent resultatmässigt, där man tävlar i sin egen takt men förväntas träna seriöst och har viljan att fortsätta utvecklas.

Tävlingsgrupp - REGIONAL

Mål: Motiverad att satsa mot nationell nivå.

Tävlar på rätt nivå och skapa en spelidentitet.

Krav: Spelar de flesta SPT Future & JSM.

Tävlar regelbundet på regional nivå.

Uppnå minimum 60-talet matcher per år.

- Spelaren erbjuds träning 4-6 timmar i veckan
- Denna grupp är för den aktiva tävlingsspelaren som prioriterar sin padel före andra idrotter.
- Deltar i KM, DJTK seriespelet vid uttagning, prioriterar regionala tävlingar och deltar i de flesta större nationella tävlingarna.
- Vi förutsätter att man har glädjen, intresset och ambitionen att utvecklas och avancera framåt mot nästa grupp men har respekt och förståelse för svårigheterna i form av resultat, ranking, konkurrens, motivation som ofta går i vågor. För att ta steget upp från regional grupp måste man vilja och konkurrera med de främsta i Sverige och utmana i de större tävlingarna.

Tävlingsgrupp - NATIONELL

Mål: Vara topprankad i Sverige i sin åldersklass. Skapa sin spelidentitet och motiverad att satsa mot internationell nivå.

Krav: Prioriterar padel framför övriga idrotter. Spelar JSM och SPT Future.

Sköter sin träning på och utanför banan på ett professionellt sätt.

Uppnå minimum 80-talet matcher per år.

- Spelaren erbjuds 6+ timmar i veckan
- Denna spelare är i toppskiktet i sin ålder. Vinner mycket matcher och utmanar i de stora nationella tävlingarna. Aktuell för junior landslaget. Spelaren är aktuell för klubbens seniorlag.
- Att komma högre upp än såhär är oerhört svårt och krävs oerhört mycket av spelaren, familj och alla som är runt omkring spelaren.
- Spelaren har ett stort eget driv, förstår vikten att styra egen matchsparring utöver klubbträningen och ansvarar för sin fysträning.

Tävlingsgrupp - INTERNATIONELL

Mål: Motiverad att satsa heltid mot en proffskarriär.

Tävlrar med framgång även på internationell nivå.

Krav: Padel är sin första prioritet. Sköter sin träning och är ett föredöme på klubben. Spelar 80-talet matcher per år fördelat 50/50 mellan nationella och internationella tävlingar.

- Spelaren erbjuds träning på klubben när spelaren inte är ute och reser, har ett individuellt anpassat träningsupplägg.
- Denna spelare är extremt ambitiös och prioriterar sin padel före allt annat. Nivåmässigt är spelaren bland de bästa i landet och med i landslaget.
- När åldern är inne så strävar spelaren mot en heltidssatsning.

Vad vi förväntar oss av spelare i tävlingsgruppen?

Riktat sig till spelare som är villiga att satsa på sin padel

Spelaren:

- Bra attityd och inställning
- Intresse att utvecklas
- Fokus och målmedvetenhet
- Ansvar på och utanför banan
- Rätt material

Föräldrarna:

- Stötta utanför banan
 - Rankedin
 - Tävlingskalender
 - Kost och sömn
 - Samarbete

Vad erbjuder vi till tävlingsgruppen?

Riktat sig till spelare som är villiga att satsa på sin padel

- Engagemang
- Målinriktad träning
- Träningsplanering och uppföljning
- Tävlingsplanering
- Tävlingsbevakning
- Extraträning
- Fysprogram
- Kontaktnät