

Letné kempy / Summer Camps

Jump Start

3 - dňový intenzívny kemp pre začiatočníkov

31.7. - 2.8.2026 v TK Slovan Bratislava

Tri dni plné tenisu a zábavy. Počas intenzívneho kurzu zvládneš za pár dní to, čo iní trénujú celé týždne. Intuitívny spôsob učenia je zárukou, že ťa hra pohltí od prvého úderu.

Tréningy sú dynamické, hráči sa učia jednotlivé údery v pohybe. Tréner efektívne kombinuje rôzne metódy: drily z koša, cvičenia hrané vo výmenách či herné situácie.

Program:

Piatok 17:00-19:00 tréning 1

Sobota 9:00-11:00 tréning 2, obed, 14:00-16:00 tréning 3

Nedeľa 9:00-11:00 tréning 4

Cena: 200 € / os.

V cene je zahrnuté:

- osem hodín tenisovej prípravy
- 1 x obed
- malé občerstvenie
- zapožičanie raket zn. Tecnifibre
- maximálne štyria hráči na jednom kurte
- jeden tréner na každom kurte

Obsah tenisovej prípravy:

- hra na krátku vzdialenosť, "touch shots", voleje
- základné údery (forehand, backhand)
- podanie, príjem podania, smeče
- pohyb na kurte (pohyb do strán, predozadný pohyb, bočné prísuny, split step)
- nabíehané údery, hra na sieti
- dvojhra, štvorhra, hra na body

Prihlasovanie:

Martina Suchá, email: gotennis@tkslovan.sk , tel. č.: +421 940 513 107

City Camp

4 - dňový kemp pre Mierne pokročilých, Pokročilých

6. - 9.8.2026 Mierne pokročilí v TK Slovan Bratislava

13. - 16.8.2026 Pokročilí v TK Slovan Bratislava

Trénuj ako profík a posuň svoju hru na novú úroveň. Zdokonalíš si údery a cez herné situácie sa naučíš zvoliť vhodné riešenia.

Efektívna rozcvička, kompenzačné cvičenia či strečing po tréningu prispejú k vyváženej príprave. Aby sme nezabudli, zábava je zahrnutá v cene.

Program:

Štvrtok 17:00-19:00 tréning 1

Piatok 9:00-11:00 tréning 2, obed, 16:00-18:00 tréning 3, večera

Sobota 9:00-11:00 tréning 4, obed, paddleboarding *

Nedeľa 9:00-11:00 tréning 5

* V závislosti od počasia

Cena: 300 € / os.

V cene je zahrnuté:

- desať hodín tenisovej prípravy
- 2 x obed, 1 x večera
- malé občerstvenie
- zapožičanie raket zn. Tecnifibre
- mimo - tenisová aktivita (paddleboarding)
- maximálne štyria hráči na jednom kurte
- jeden tréner na každom kurte

Obsah tenisovej prípravy: *

- konzistentnosť hry (načasovanie úderov, umiestnenie lôpt, topspin)
- pohyb na kurte (pohyb do strán, predozadný pohyb, bočné prísuny, split step)
- vypracovanie si víťaznej výmeny
- ofenzíva, defenzíva
- podanie, príjem podania
- variabilita hry
- dvojhrové / štvorhrové situácie

* Výber tém bude zvolený na základe potrieb prihlásených hráčov a hráčiek

Prihlasovanie:

Martina Suchá, email: gotennis@tkslovan.sk , tel. č.: +421 940 513 107

Jump Start

3-day intensive camp for beginners

July 31 - 2 August 2026 at TK Slovan Bratislava

Three days full of tennis and fun. In this intensive course, you'll learn in just a few days what usually takes weeks to master. Thanks to an intuitive learning method, you'll enjoy the game from your very first shot.

Trainings are dynamic, with players learning strokes in motion. The coach combines various methods: basket drills, rally-based exercises, and match play situations.

Program:

- Friday: 17:00–19:00 Training 1
- Saturday: 9:00–11:00 Training 2, lunch, 14:00–16:00 Training 3
- Sunday: 9:00–11:00 Training 4

Price: 200 € / person

The price includes:

- 8 hours of tennis training
- 1x lunch
- Light refreshments
- Tecnifibre racket rental
- Max. 4 players per court
- One coach per court

Training content:

- Short-court play, touch shots, volleys
- Basic strokes (forehand, backhand)
- Serve, return, smashes
- Court movement (side-to-side, forward-backward, split step, lateral steps)
- Approach shots, net play
- Singles, doubles, match play

Registration:

Martina Suchá, email: gotennis@tkslovan.sk, mob.n.: +421 940 513 107

City Camp

4-day camp for Intermediate, Advanced players

August 6 - 9, 2026 **Intermediate** at TK Slovan Bratislava

August 13 - 16, 2026 **Advanced** at TK Slovan Bratislava

Train like a pro and take your game to the next level. You'll sharpen your strokes and learn to choose the right tactical solutions through game-based scenarios.

A well-balanced training program includes dynamic warm-ups, compensation exercises, and post-training stretching. And don't worry, fun is included in the price.

Program:

- Thursday: 17:00–19:00 Training 1
- Friday: 9:00–11:00 Training 2, lunch, 16:00–18:00 Training 3, dinner
- Saturday: 9:00–11:00 Training 4, lunch, paddleboarding*
- Sunday: 9:00–11:00 Training 5

* Weather permitting

Price: 300 € / person

The price includes:

- 10 hours of tennis training
- 2x lunch, 1x dinner
- Light refreshments
- Tecnifibre racket rental
- Off-court activity (paddleboarding)
- Max. 4 players per court
- One coach per court

Training content:*

- Game consistency (timing, placement, topspin)
- Court movement (side-to-side, forward-backward, split step, lateral steps)
- Constructing and finishing points
- Offensive and defensive play
- Serve and return
- Game variation and tactics
- Singles / doubles situations

* Final training topics will be tailored based on participants' needs.

Registration:

Martina Suchá, email: gotennis@tkslovan.sk, mob.n.: +421 940 513 107