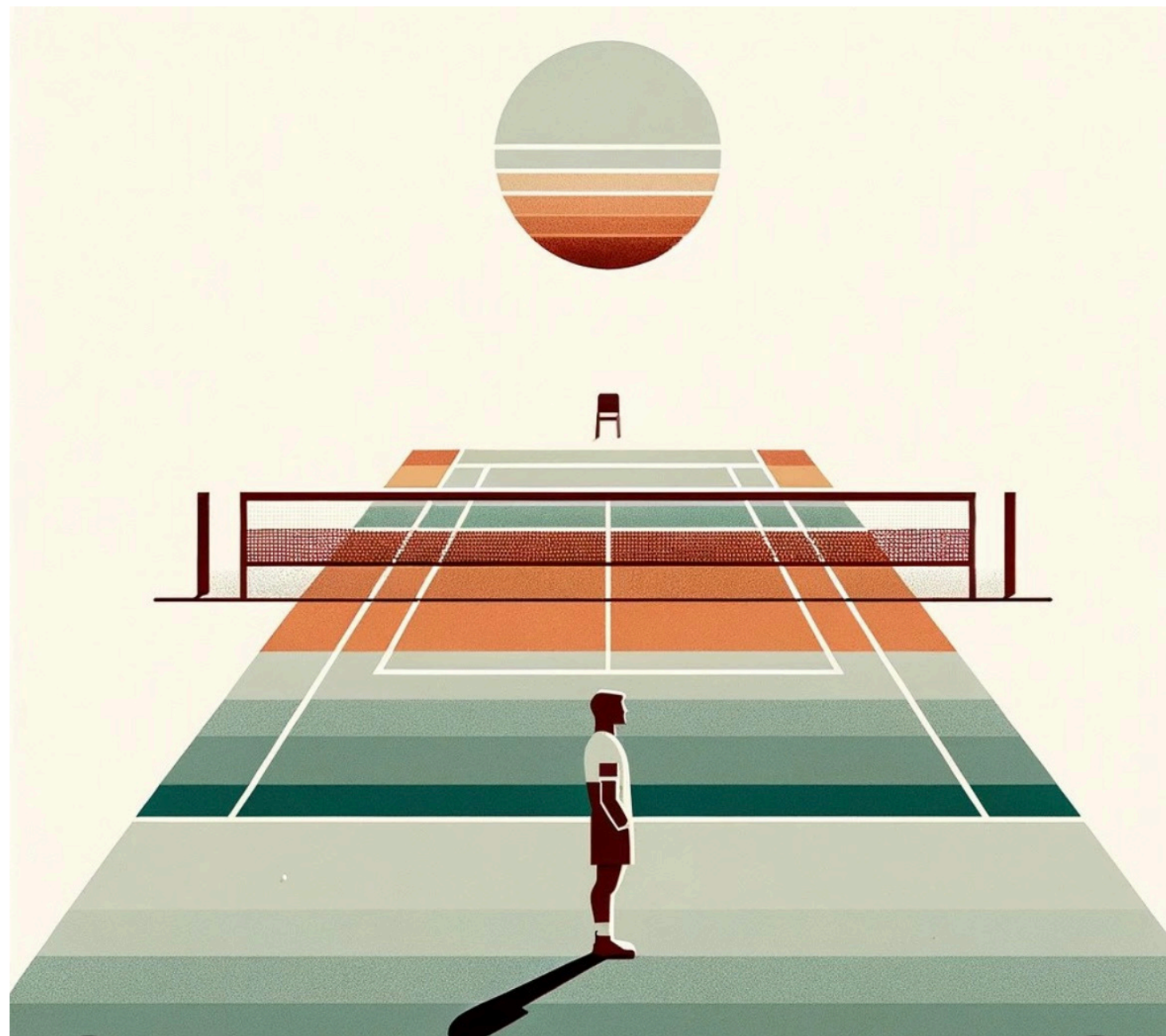
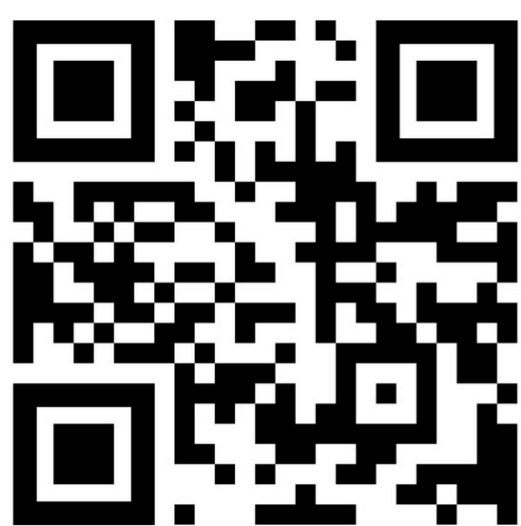


TENNIS



Lentecyclus 2026



INSCHRIJVEN



DE VLOER
PADEL & TENNIS

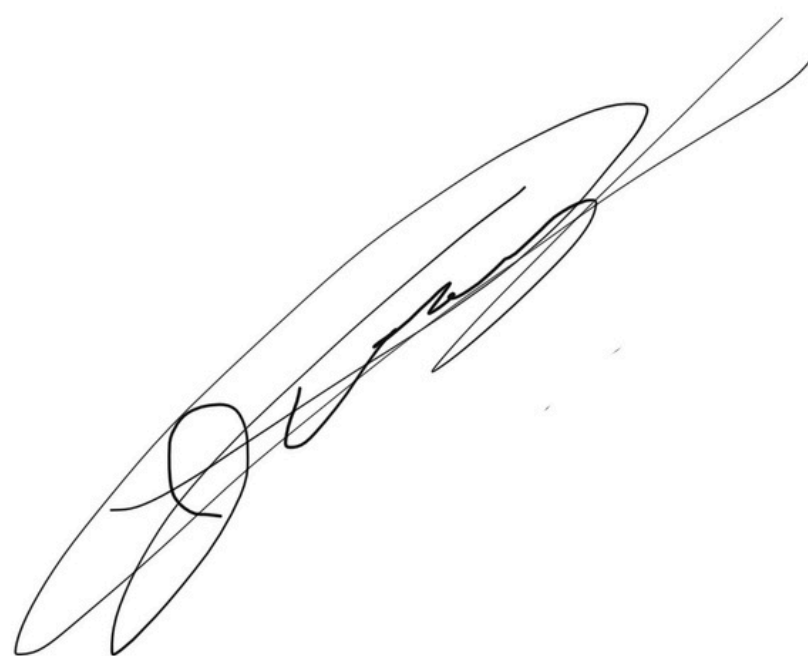
Intro

Tennislessen en tennisstages op P&T De Vloer worden georganiseerd door de academie van de club onder leiding van Boris Katzarov.

Wij bieden kwaliteitsvolle lessen en trainingen aan voor iedereen. Van de absolute beginner tot aan de vergevorderde competitie-speler en dat voor alle leeftijden. Onze tennissers, jong & oud, kunnen in kleine groepen proeven van de sport, maar daarnaast ook zichzelf verder ontwikkelen en uitdagen. Een team van gediplomeerde lesgevers staat vanaf hier voor u klaar.

Onze club is ook jeugdvriendelijke opleidingsclub! Kidstennis is dé manier om met de tennissport kennis te maken en dit op een toffe en speelse wijze. Er wordt gewerkt met verschillende kleuren om zo de leeftijden en verschillende spelniveaus te kunnen onderscheiden. Eveneens speelt een kind op een aangepast terrein met aangepaste tennisballen en een racket op maat. Onze Kidstennis Coördinator en haar team staan voor u klaar.

wij wensen u alvast véél succes in de verdere progressie van jouw tennisspel!



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Enkele zaken vooraf

***Inschrijvingen:** wij aanvaarden enkel en alleen volledig ingevulde inschrijvingsformulieren. Gemakkelijkheidshalve doe je dat online door de procedure te volgen die op de voorlaatste pagina staat.

"Inschrijven online - bevestigingsmail ontvangen - saldo betalen - planningsmail ontvangen - starten"

****Beschikbaarheid:** wij vragen iedereen om een minimum van 3 beschikbare momenten aan te duiden in het lessenrooster bij je inschrijvingsformulier. Heb je 2 lesmomenten, dan duid je 6 vakjes aan, 3 lesmomenten, 9 vakjes, enz...

*****Lidgeld is verplicht** om te kunnen deelnemen aan de lessen en trainingen op de club. Je kan met je lidmaatschap **vrij en onbeperkt** komen spelen

******Late(re) instappers:** iedereen, ongeacht je niveau kan de weg naar de tennisschool vinden. Als late(re) instapper start je een niveau lager (jeugd) maar gaandeweg ga je sneller doorheen de leerstof om je bij te benen met je leeftijdsgenoten. Bij volwassenen start je in de S2T lessenreeks.



P&T De Vloer

Academie voor Tennis & Padel

Lessen voor jeugdspelers



DE VLOER
PADEL & TENNIS

PRETENNIS

45min

Niveau Wit of Multimove

Is onze **bewegingsschool**: spelenderwijs ontwikkelen de kinderen hun motorische & coördinatieve vaardigheden. We noemen dit ook Multimove. Ze leren zich bewust worden van hun lichaam en objecten in tijd & ruimte. Het is de voorbereiding op Minitennis Blauw in de volgende fase. het accent ligt op spel, plezier en motorische vorming. In niveau wit wordt nog maar beperkt met een racket gewerkt. Het accent ligt op de algemene bewegingservaring zonder veel technische bijsturing. Coördinatie is vooral op jonge leeftijd zeer trainbaar. Jonge kinderen die regelmatig op coördinatie trainen, zullen beter & sneller de tennisslagen onder de knie krijgen en hebben een streepje voor in de evolutie naar de volgende kleuren. Tennisschool P&T De Vloer is een erkend multimove centrum.

Lessuren: Zaterdag 10.15 - 11.00

Richtleeftijd: 3 & 4 jarigen

Prijs: 150€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Kidstennis

90min

Niveau Blauw

Is bedoeld voor de beginnende tennisser tussen **5 & 6 jaar**. Wij noemen het **2D- tennissen** omdat veel vaardigheden over de grond gebeuren. Dit is de kennismaking met het 'echte' tennisspel. Er wordt geoefend op het juiste contactpunt, met veel oog voor coördinatie, spelen & plezier maken. Er wordt de kinderen geleerd hoe ze hun racket moeten vasthouden, hoe ze met elkaar kunnen samenwerken en hoe ze de bal op de juiste wijze over het net moeten tikken. veel basisoefeningen en spelletjes komen aan bod om gemakkelijk te leren tennissen. De basisslagen worden aangeleerd zonder de bovenhandse opslag en ook het netspel komt nog niet aan bod. Deze komen later in het verhaal voor. Er wordt gespeeld met een mousse bal op een terrein van 8,23m bij 2,75m. Voor de gemotiveerde kinderen bestaan er vanaf dit niveau reeds toernooitjes: de kidstennis Fundays.

Lessuren: Woensdag 13.30 - 15.00
Zaterdag 9.30 - 11.00

Richtleeftijd: 5 & 6 jarigen

Prijs: 190€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Kidstennis

90min

Niveau Rood

Dit is het **3D tennissen**. De opstuihoogte bij de inkomende & uitgaande bal worden nu belangrijk. De richtleeftijd voor niveau rood is **7 en 8 jaar**. De racketgrepen veranderen en het bovenhands starten (worp) wordt geïntegreerd. Je bewegingen worden ruimer en je leert je slag voor te bereiden en uit te zwaaien. Er wordt gespeeld op een terrein van 11m bij 5,5m. Het terrein wordt dus groter en de ballen worden kleiner en zwaarder. Er wordt gespeeld met een vilten 'stage 3' bal. Het kind wordt getraind om de bal gecontroleerd te kunnen sturen in verschillende dimensies: richting, lengte, hoogte. Voor de gemotiveerde kinderen bestaan er vanaf dit niveau reeds TENNIS VLAANDEREN toernooitjes. Getalenteerde kids kunnen een voorstel richting Pré-competitie krijgen.

Lessuren: Woensdag 13.30 - 15.00
Zaterdag 9.30 - 11.00

Richtleeftijd: 7 & 8 jarigen

Prijs: 190€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Miditennis

60min

Niveau Oranje

Dit is het 4D tennisverhaal. Vorm & Ritme gaan nu hand in hand. **De 4e dimensie is tijd**. Alle bewegingen worden nu ritmischer. De richtleeftijd is 8 & 10 jaar. Oranje is de tussenstap tussen het mini-terrein en het maxi-terrein. Met de beschikbare techniek moet je nu een tactische opdracht kunnen uitvoeren. Je leert 'diep' en 'breed' spelen. Je leert het punt starten vanuit de opslag en het dubbelspel komt voor het eerst aan bod. Het globale spel wordt gespeeld over het echte net op een midi-terrein van 18m lang en 6,5m breed met een oranje softbal of Stage 2 bal. Vanaf dit niveau bestaat er interclub competitie en toernooien zijn consulteerbaar op de Tennis Vlaanderen website. Getalenteerde en gemotiveerde kinderen van dit niveau kunnen in aanmerking komen door de tennisschool voor de selectie groep: Competitie U9.

Lessuren: Woensdag tussen 13.00 & 15.00
Vrijdag van 16.00 tot 17.00
Zaterdag tussen 9.00 & 11.00

Richtleeftijd: 8 tot 10 jarigen

Prijs: 210€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Overgangstennis 60min

Niveau Groen

Groen is de laatste stap voor we op een volledig tennisterrein met harde ballen spelen. Om de overgang vlot te laten verlopen wordt er met een stage 1 bal gespeeld op een terrein van 21m lang en 8,23m breed. De technieken komen nu in een **fase van vervolmaking** waarbij er een mooie basis is gelegd om je verder te verdiepen in de tennissport. De bovenhandse opslag krijgt een prominente plaats in de lessen, net als aan de overkant van het net de terugslag steeds belangrijker wordt. Vanaf dit niveau bestaat er interclub competitie en tornooien zijn consulteerbaar op de Tennis Vlaanderen website. Getalenteerde en gemotiveerde kinderen van dit niveau kunnen in aanmerking komen door de tennisschool voor de selectie groep: Competitie U11.

Lessuren: Maandag tussen 16.00 & 18.00
Woensdag tussen 14.00 & 17.00
Vrijdag tussen 16.00 & 18.00
Zaterdag 9.00 - 12.00

Richtleeftijd: 10 tot 12 jarigen

Prijs: 210€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Maxitennis

60min

Niveau Geel

Er wordt nu gespeeld op het maxi terrein met een harde gele bal. **Techniek, Tactiek en fysiek** zijn belangrijke pijlers in het spel, net als de mentale vaardigheden. Alle facetten van het tennisspel worden nu verder verdiept en ingeslepen. De vastheid in de rally, de aanval & verdediging, het scoren van het punt, opslag & return. Ook het dubbelspel komt aan bod. Dit is de fase van de vervolmaking. Lessen krijgen diepgaandere tactisch & technische inzichten en worden voorbereid als thema's waarbij je nieuwe zaken aangereikt krijgt of als oefenles waarbij je vaardigheden verder gaat inoefenen. Getalenteerde en gemotiveerde kinderen van dit niveau kunnen in aanmerking komen door de tennisschool voor de selectie groep: Competitie U18

Lessuren: Maandag tem vrijdag tussen 17.00 & 19.00
Woensdag tussen 16.00 & 18.00
Zaterdag tussen 11.00 & 14.00

Richtleeftijd: 13 tot 16 jarigen

Prijs: 220€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Maxitennis

60min

Niveau Junior

Als Junior kom je in de eindfase van het middelbaar onderwijs en sta je voor de grote stap naar volwassenheid. Je leert meer en **beter zelfstandig zaken op te lossen**. Ook in onze (tennis)lesgroepen leer je met elkaar werken. Deze doelgroep proberen we ook bewust bij elkaar te houden om normen en waarden met elkaar te delen. Junior tennis bouwt eigenlijk verder op de ingeslagen weg van het niveau Geel. Van een algemene benadering gaan we meer en meer naar een persoonlijke ontwikkeling van vervolmaking. We optimaliseren alle slagen. Techniek, Tactiek, Fysiek & Mentaal komen allemaal aan bod. Een gezonde geest in een gezond lichaam is hier ons uitgangspunt. "Mens Sana in corpore sano." Getalenteerde tieners kunnen hun weg vinden in de interclub competitie bij de volwassenen en/of de Tennis Tour tornooien.

Lessuren: Maandag tem vrijdag tussen 17.00 & 19.00
Woensdag tussen 16.00 & 18.00
Zaterdag tussen 11.00 & 14.00

Richtleeftijd: 17 & 18 jarigen

Prijs: 220€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Meer op maat

60min

A La Carte lessen jeugd

Als je kiest voor een **meer persoonlijke aanpak**, dan zijn de a la carte lessen wel iets voor jou. De trainer is in een duo les slechts met 2 spelers tegelijk bezig, waardoor de aandacht volledig naar deze 2 spelers gaat. Kies je voor privé lessen, dan ga je helemaal op maat werken. De trainer analyseert jou spel aan het begin van de samenwerking en gaat dit onderweg/gaandeweg opvolgen in een vooropgesteld begeleidingstraject. Dit zijn de meer intensievere vormen van lesgeven en deze vragen ook uiterste concentratie van de speler(s) zelf. Probeer je op korte tijd, snel vorderingen te maken, dan zit je in deze formule goed.

Lessuren: Alle weekdays als
ook in het weekend

Richtleeftijd: 8 tem 18 jarigen

Prijs: Duo lessen: **300€/pp**
Privé lessen: **500€**



DE VLOER
PADEL & TENNIS

P&T De Vloer

Academie voor Tennis & Padel

Lessen voor volwassenen



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Start 2 Tennis (S2T)

60min

De absolute beginner

Je wil **kennismaken met deze mooie sport**... je stond nog nooit op een tennisbaan en hebt er plots zin in. Je kinderen spelen of speelden tennis en je wil met hen kunnen samenspelen. Je wil mensen ontmoeten, samen met hen sporten en leuke momenten beleven.

8 weken groepsles op een vast moment in de week: maandagavond om 18.00 19.00 of 20.00u. je wordt aangesloten bij Tennis Vlaanderen en bent verzekerd tegen sportongevallen. S2T is een proefpakket om te ontdekken of de sport en onze club je bevalt. Groepslessen tot 6 nieuwe starters.

Rackets zijn voorhanden , niets nodig aan investering , enkel tennisschoenen en veel zin om te sporten. Wordt later volwaardig lid van de club.

Lessuren: maandag avond om 18.00 of 19.00
vrijdag avond om 18.00 of 19.00

Richtleeftijd: 18+ leeftijd

Prijs: 180€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Groepsles Volwassenen

60min

Gevorderde - vervolmaking - ervaren

Groepsles is een **sociaal gebeuren**, je voert oefeningen uit met verschillende partners, wat je ontwikkeling bevordert. In het begin is er vooral aandacht voor de technieken van de slagbewegingen. Nadien is er veel oog voor tactische patronen en spelsituaties. Leren zenden en goed ontvangen zijn primaire beginselen in de tennissport die je onder de knie moet krijgen. Alle slagen komen aan bod. Vermits het een groepsles met 4 personen is, komt het dubbelspel ook aan bod. Gemotiveerde volwassenen kunnen extra uitdaging vinden in het spelen van interclub voor P&T De Vloer en/of tornooien.

Lessuren: MA/DI/WO/DO/VR tussen 18.00 & 22.00
ZA tussen 11.00 & 14.00

Richtleeftijd: 18+ leeftijd

Prijs: 220€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Duo Lessen

60min

Samen met twee

Het accent ligt in deze lessen volledig op de **technische/tactische ontwikkeling** of verbetering van je tennisspel. Het is een intensieve vorm omdat de trainer zijn volle aandacht op 2 spelers heeft. Indien de 2 spelers van gelijk niveau zijn, kan de trainer ook techniek bijsturen in partneroefeningen en reële spelsituaties trainen. Indien de 2 spelers van een verschillend niveau zijn, kan de trainer zichzelf inschakelen om iedereen de nodige uitdaging te geven. Voor je inschrijving in deze formule kan je zelf je partner opgeven. Elke inschrijving moet wel individueel gebeuren. De tennisschool kan je ook altijd koppelen aan een partner voor duo lessen.

Lessuren: Elke dag van de week als ook in het weekend

Richtleeftijd: 18+ leeftijd

Prijs: 320€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Privé Lessen

60min

Individueel

Privé lessen zijn de **meest intensieve vorm** omdat de trainer zijn volle aandacht op 1 speler heeft. Dit is de formule die het meest op maat is. Bij het intakegesprek kan je aangeven waar je graag wil aan werken en waar je verbeterpunten liggen. De trainer maakt dan een analyse met jou van je verschillende slagen en stelt je een verbetertraject voor. Je progressie wordt regelmatig gemeten in kleinere deeloefeningen. Privé lessen kunnen gegeven worden in de week als ook in het weekend en overdag. In samenspraak met de trainer wordt er een stappenplan uitgewerkt om op korte tijd zoveel mogelijk progressie te maken.

Lessuren: Elke dag van de week als ook in het weekend

Richtleeftijd: 18+ leeftijd

Prijs: 500€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

P&T De Vloer

Academie voor Tennis & Padel

Competitie- Trainingen



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Pre- Competitie

150min

tussen 5 en 8 jaar

Dit is de formule die jonge spelers zal **voorbereiden op het spelen van competitie** in een latere fase. Alle beginselen van het competitief verhaal worden deze jonge talenten aangeleerd. Starten van het punt, zenden, ontvangen & vastheid in de rally. Ook wordt het belangrijk dat het kind juist leert tellen (0-15-30-40-spel). Weten waar je (start)positie is op de baan en ze leren het spel vanuit de speelbasis spelen. Het spelconcept zelf op deze leeftijd is vooral "lukken" in beweging. Dit in de eerste plaats bij jezelf. Doen "mislukken" bij de tegenstander leren ze kort daarop. Instappen in het competitie verhaal doe je parallel met het spelen van verschillende toernooitjes

Voor wie:

- Voor pre-competitie spelers, meisjes en jongens tussen 5 en 8 jaar, spelend met de rode stage 3 bal of de oranje stage 2 bal

Formule: Groepstraining: 1,5u
Duotraining: 1u OF Privétraining: 30min
Optioneel: Coördinatie training: 30min

Prijs: 550€

Betalen: 1ste schijf (=voorschot) april/ 2de schijf (=saldo) in juni
300€/250€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Soft Competitie

180min

Samengesteld pakket met min. 2 lesmomenten

Het 'zachte' competitiepakket is er voor de gemotiveerde clubspeler die ook nog eens aanleg en talent heeft. Motivatie speelt hierbij een cruciale rol en zowel speler, ouder, als coach moeten achter het competitieverhaal staan. Een minimum van **2 kwaliteitsvolle lesprikkels** is noodzakelijk om de nodige vorderingen te maken. Voor het competitiepakket moet je uitgenodigd worden om te kunnen inschrijven. Die uitnodiging kan er komen op basis van je resultaten tijdens tornooien en/of in de interclub die in het jaar worden georganiseerd of na een intakegesprek met de hoofdtrainer.

Het basispakket bestaat uit een groepstraining (GT) van 1,5u. Een duo les (DT) van 1u of een 2e groepstraining van 1,5u.

Voor wie:

- Voor competitie spelers, meisjes en jongens U9, spelend met de oranje mid-bal
- Voor competitie spelers, meisjes en jongens U11, spelend met de groene overgangsbal
- Voor competitie spelers, meisjes en jongens U18, spelend met de harde gele bal

Formule: Competitiepakket U9, U11 of U18



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Soft Competitie

180min

Programma uiteenzetting:

Groepstraining van 90min: je traint met verschillende partners. Net zoals in reële wedstrijdsituaties vergt dit een constante aanpassing en instelling van jezelf aan steeds veranderende omstandigheden. Het accent ligt in deze trainingen op tactiek. Techniek staat in functie van de tactische doelstelling. Er worden spel- en puntsituaties gesimuleerd en ook verder ingeoeffend. Een groot aanbod aan situaties, slagen en balkwaliteiten komen aan bod

Duotraining van 60min: Training met 2 spelers waarbij de trainer aan je technische progressie sleutelt en tegelijk tactische situaties met de leerlingen uitwerkt.

Optionele conditietraining van 60min: In de conditietraining wordt gewerkt aan de fysieke paraatheid van de spelers. Explosiviteit, kracht, agility, rompstabiliteit, lenigheid, uithouding, reactievermogen, enz... worden getraind in functie van tennis.



Prijs: **595€**

Betaling: De betaling van het intensieve competitiepakket mag gespreid in schijven gebeuren. 1ste schijf (=voorschot) april/ 2de schijf (=saldo) in juni

300€/295€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Hard Competitie

240min

Samengesteld pakket met min. 3 lesmomenten

Het 'harde' competitiepakket is er voor de gemotiveerde clubspeler die ook nog eens aanleg en talent heeft. Motivatie speelt hierbij een cruciale rol en zowel speler, ouder, als coach moeten achter het competitieverhaal staan. Een minimum van **3 kwaliteitsvolle lesprikkels** is noodzakelijk om de nodige vorderingen te maken. Het grote verschil met het soft competitie pakket is hier dat je ook 1 lesmomenten/week met een competitie **trainer privé** aan je spel gaat werken. Voor dit competitiepakket moet je een uitnodiging krijgen om te kunnen inschrijven. Die uitnodiging kan er komen op basis van je resultaten tijdens interclub en/of in de tornooien of na een intakegesprek met de hoofdtrainer.

Het basispakket bestaat uit een groepstraining (GT) van 1,5u. Een duo les (DT) van 1u. Een privé les (PT) van 1u en een optionele conditietraining (CT) van 1u/week.

Voor wie:

- Voor competitie spelers, meisjes en jongens U9, spelend met de oranje mid-bal
- Voor competitie spelers, meisjes en jongens U11, spelend met de groene overgangsbal
- Voor competitie spelers, meisjes en jongens U18, spelend met de harde gele bal

Formule: Competitiepakket U9, U11 of U18



DE VLOER
PADEL & TENNIS

Hard Competitie

240min

Programma uiteenzetting:

Groepstraining van 90min: je traint met verschillende partners. Net zoals in reële wedstrijdsituaties vergt dit een constante aanpassing en instelling van jezelf aan steeds veranderende omstandigheden. Het accent ligt in deze trainingen op tactiek. Techniek staat in functie van de tactische doelstelling. Er worden spel- en puntsituaties gesimuleerd en ook verder ingeoeffend. Een groot aanbod aan situaties, slagen & balkwaliteiten komen aan bod

Duotraining van 60min: Training met 2 spelers waarbij de trainer aan je technische progressie sleutelt en tegelijk tactische situaties met de leerlingen uitwerkt.

Privetraining van 60min: training waarbij de coach enkel & alleen met jou, je sterktes en je werkpunten bezig is.

Optionele conditietraining van 60min: In de conditietraining wordt gewerkt aan de fysieke paraatheid van de spelers. Explosiviteit, kracht, agility, rompstabiliteit, lenigheid, uithouding, reactievermogen, enz. worden getraind in functie van tennis.

Prijs: **1050€**



Betaling: De betaling van het intensieve competitiepakket mag gespreid in schijven gebeuren. 1ste schijf (=voorschot) april/ 2de schijf (=saldo) in juni

550€/500€



DE VLOER
PADEL & TENNIS

.....GOED OM TE WETEN.....

- De **Lentelessen 2026** omvatten **10 lesweken**: 3 maanden van midden april tot midden september. Startdag is **20/04/2026** tem **14/09/2026**
- Onze bewegingsschool Multimove is gericht op motorische vorming en geven we op zaterdag vm.
- Kidstennis niveau wit, blauw, rood hebben les op woensdag nm of zaterdag vm
- Kidstennis niveau oranje heeft prioritair les op woensdag nm en zaterdag vm. Niveau Groen op MA/WO/VR of zaterdag vm.
- Tieners niveau Geel en Volwassenen hebben les op weekdays: MA/DI/WO/DO/VR. Tieners tussen 17.00 & 19.00. Volwassenen tussen 19.00 & 22.00u.
- De competitie formules jeugd zijn op basis van selectie en advies.
- Start 2 Tennis (S2T) is voor volwassenen en nieuwkomers in de sport. Deze groep heeft les op maandag of vrijdag av om 18.00 of 19.00
- Privé lessen kunnen in de week, ook overdag in het weekend en op zondag
- Procedure: inschrijven online - bevestigingsmail ontvangen - saldo betalen - planningsmail ontvangen - starten
- voor wie geen lid is van de club komt er een clubbijdrage bij voor je aansluiting bij Tennis Vlaanderen en verzekering tegen sportongevallen
- een minimum van **3 voorkeursmomenten** aanduiden is noodzakelijk voor de opmaak van een optimale planning van het lessenrooster

.....TE NOTEREN.....

DETAIL INFORMATIE & INSCHRIJVINGEN

Surf naar www.devloer.be > Tennis > Tennisacademie > Lessen

NIEUWE LEERLINGEN

TESTMOMENT: op zaterdag 28 maart tussen 10.00 & 11.00.

CONSULTATIE & INFO

Zaterdag 28 maart tijdens het testmoment in clubhuis P&T De Vloer. Woensdag 1 april is de laatste inschrijvingsdag, daarna kom je op een wachtlijst.

<https://devloer.be>

Trainersteam

Leiding & Supervisie

Boris Katzarov - Hoofdtrainer P&T De Vloer Academie

Kerntrainers

Apollonia Melzani: Ex-WTA speelster - Trainer B

Bart Wuyts - Ex-ATP top-70

Brent Wirix: Instructeur & Competitietrainer

Giel Vossen: 100ptn & Competitietrainer

Emma Ward: Initiator

Wim Winters - Initiator & master LO

Bernadette De Maegd - Initiator & kiné

Bart Jeurissen - Initiator

Daan Bertels - Initiator

Lander Bertels - Initiator

Jur Melio - Initiator

Rens Melio: Initiator

Waut Sapion: Initiator

Stef Berrevoets: Kidstennis

Jasper Wagner: Kidstennis

+ Team Kidstennis lesgevers met oa. Louis, Bernadette, Bas, Rens, Stag ,...



www.devloer.be
0474/702905
Boris@devloer.be

QR-Code



DE VLOER
PADEL & TENNIS