



24 - 30 OKTOBER 2025

TENNISUGE

med Kim Lykke Lützhøft & Team

**VELKOMSTMØDE (Efterfulgt af første træning);
FREDAG 24/10 kl 16:00 PÅ TENNISBANE 1**

For more information go to Sports Booking or send an email to groups@clublasanta.com





Velkommen til Tennisugen

Så er det atter engang os en fornøjelse at kunne byde velkommen til en uge fyldt med Tennis i selskab af Kim Lykke Lützhøft, Frederik Løchte Nielsen & Alexander Rejnhold. Venligst vær opmærksom på, at der kan forekomme eventuelle ændringer i programmet i løbet af ugen, afhængig af deltagernes spillemæssige niveau, ønsker, vejret mv. Vi sørger naturligvis for, at du holdes informeret om evt. ændringer.

Programmet indeholder følgende 4 dele:

a) Videoanalyse b) Individuel træning c) Tema træning d) Turneringer

Programmet er bygget op således, at vi starter ugen med en videoanalyse af hver enkelt deltager. Ved nærmere gennemgang af videoen bliver vi i fællesskab enige om, hvilke områder/slag der skal trænes i løbet af ugen.

Træningen bliver en kombination af øvelser med trænerne, og spil mod/med de øvrige deltagere.

For at give både øvelserne og spilletræningen et mere specifikt indhold, er programmet inddelt i en række "temaer". Timerne vil typisk blive indledt med gennemgang af et specielt slag eller område, som bliver sat i fokus under træningen.

Vi har valgt følgende temaer:

- Serv & Retur
- Forhånd/Baghånd
- Netspil

I løbet af ugen kan du også deltage i forskellige turneringer. Lørdag og tirsdag er der sociale turnering, hvor alle Club La Santas gæster har mulighed for at deltage (husk: Tilmelding i app'en) Torsdag kl. 19.30 har vi afslutningsmiddag på restaurant "La Plaza". Middagen er inkl. i prisen for ugen og du må naturligvis gerne medbringe en ledsager til middagen mod betaling af 37 €, hvilket inkludere en 3-retters menu samt en halv flaske af husets vin. Tilmelding og betaling skal ske senest tirsdag kl. 12.00 til Sports Booking

Vi håber på en uge med perfekt tennisvejr og glæder os til at træne jer her på Club La Santa.

Mange hilsner fra Kim Lykke Lützhøft &
Alexander Rejnhold & Frederik L. Nielsen

24-30 OKTOBER 2025

TENNISUGE

For more information go to Sports Booking or
send an email to groups@clublasanta.com





Program

Fredag 24/10

- 16:00-18:00 Velkomstmøde og registrering.
Præsentation af trænerne,
program m.v. på Tennis bane 1
(Kom i tøj klar til træning)
- 18:15-19:15 Sangria & Tapas på El Lago

Lørdag 25/10

- 11:00-13:00 Club La Santa Social double
turnering - Tilmelding via app
(åben turnering for alle gæster)
- 14:45-18:00 Tennistræning: Video af
forhånd, baghånd, flugt og serv
- 18:30-21:30 Videoanalyse i Timanfaya

Søndag 26/10

- 08:00-10:00 Timanfaya conference
- 11:00-13:00 Tennistræning: Forhånd
- 16:00-18:00 Tennistræning: Baghånd

Mandag 27/10

- 09:00-11:00 Tennistræning: Serv & Retur
- 16:00-18:00 Tennistræning: Netspil

Tirsdag 28/10

- 08:00-10:00 Kampspil: Tilmelding til trænerne
senest mandag kl. 12.00. (Spil selv)
- 10:00-12:00 Club La Santa Social double
turnering - Tilmelding via app
(åben turnering for alle gæster)
- 16:00-18:00 Club La Santa Intermediate
turnering - Tilmeldt via app (åben
turnering for alle gæster)

Onsdag 29/10

- 08:00-10:00 Tennistræning: Slice
- 14:00-16:00 Tennistræning: Double

Torsdag 30/10

- 08:30 - 11:00 Tennistræning: Repetition af ugen
- 15:45 - 18:00 Tennis Academy Double turnering
- 19:30 Middag på restaurant "La Plaza".
Tilmelding og betaling (34€) for
eventuel ledsager skal ske til.
Sports Booking senest tirsdag kl.
12:00

24-30 OKTOBER 2025

TENNISUGE

For more information go to Sports Booking or
send an email to groups@clublasanta.com





Videoanalyse

Navn:

Forhånd:

Baghånd:

Serv:

Retur:

Netspil:

Double:

Øvrigt:

24-30 OKTOBER 2025

TENNISUGE

For more information go to Sports Booking or
send an email to groups@clublasanta.com

