



BOLLENTINEN

Kika in på hemsidan www.akarpstk.net

NYHETER FRÅN ÅKARPS TENNISKLUBB

MAJ 06



Ordföranden har ordet

Åkarp Open, tennissveriges första grustävling för utomhussäsongen och klubbens största årliga evenemang har avslutats i månadskiftet April/Maj. Den utdragna vintern med tjäle och mjuka banor hotade länge sätta grus i maskineriet för tävlingsledningen. Lösningen var bl a ännu mer grus. Till slut lyckades vi få banorna i bra skick och spelarna blev nöjda med grus i dojorna. En stor insats gjordes av Åke Wiklund, vår vaktmästare Magnus m fl.

Träningsverksamheten har haft hög aktivitet under våren. Samarbetet med Dalsslundskolan i Åkarp har fortsatt med hjälp av Handslagspengar där tennis bl a blivit schema-

lagt för vissa elever. Vi hoppas kunna fortsätta med detta under nästa säsong.

Årsmötet ägde rum i början av mars där vi bl a beslutade om oförändrade medlemsavgifter; barn 100 kr, vuxna 150 kr och familj 300 kr.

Glöm inte att anmäla er till höstens träning snarast genom att lägga en ifyllt anmälan i chefstränare Iwonas postfack i klubblokalen. Detta behöver ske snarast för att underlätta planering av grupper, tider, bokning av tränarresurser etc.

Våra utomhusbanor har sommartid mycket lediga tider. Boka på nätet. Ett automatiskt sprinklersystem finns som kan sättas på vid behov. Tränare har nycklar in till rummet där det startas.

Vi kommer att ha sommarträning under veckorna 25-26 (19-30 juni) och vecka 33 (14-18 augusti). Anmälningslistor finns i hallen.

På onsdagar kl 18:30 är alla som vill motionsspela välkomna till banorna. Vi delar upp oss i dubbel och singel efter önskemål och platstillgång.

Lördagen den 26:e augusti kommer vi att ha Tennisens Dag dit man kan komma och träffa tränare, prova på och anmäla sig till höstens träning.

Hälsningar Jacob Malmros, ordf



Hej,
Nu närmar sig vårterminen sitt slut. V.22 är sista veckan för träningarna. De som vill intensivträna inför sommarens tävlingar kan göra det v. 23 och 24. Anmäl dig på anslagstavlan. Dessutom har vi som vanligt sommartennis för 7-12-åringarna under veckorna 25, 26 och 33. Månd.-fred.9-12.

Den årliga upplagan av Åkarp Open är slut och rekordmånga av klubbens medlemmar har deltagit. För flera blev det den första stora tävlingen. Det gläder mig oerhört att de vågade ta det steget! Här följer några resultat vi är mycket glada för:
Victoria Mårtensson vann F14 och blev 2:a i F16
Valerija Panic, 3:e plats i F14
Jennifer Wannehag, 3:e plats i F10
Pontus Wiklund 3:e plats P14, 2:a plats P16, 3:e plats P18
Domarligan har vunnits andra året i rad av Anton Brandt.
Tack så hjärtligt alla som hjälpte till på olika sätt så att tävlingen blev så lyckad. Ni gjorde ett jättejobb!



Kalle Averfalk och Christoffer Rydberg, båda från HÖLITK spelade finalen i P14.

För övrigt, kolla regelbundet anslagstavlan i hallen där alla aktiviteter inom klubben annonseras.

Det är dags att anmäla sig till höst/vårträning. Anmälningarna ska vara klubben tillhanda senast 22/6 2006.



Anna-Betty Kadar, FPTK, vann 16-årsfinalen i Åkarp Open.

Några råd till Er alla som ska spela och tävla under sommaren speciellt när det är höga temperaturer.

Vad som sker rent fysiologiskt vid en värmeanpassning är bland annat att blodvolymen ökar. Det leder till att svettningen börjar tidigare och blir kraftigare. Spelare som inte är vana kommer att märka av att prestationsförmågan påverkas negativt redan efter ett par minuter. En spelare klarar några minuters spel i intensivt tempo utan värmeanpassning. Sedan kommer huden i nedkylande syfte att "stjäla" en del av det blod som behövs för syretransporten. Kombinationen värme -negativ

vätskebalans kan ha en rent förödande effekt på prestationsförmågan. Rådet är att dricka 5-6 deciliter vätska ett par timmar före träning och tävling. Strax innan, cirka en kvart, är det lämpligt med 3-4 deciliter vatten. Under själva aktiviteten bör man fylla på med ytterligare ett par deciliter vätska.

-Ha en mycket bra sommar och håll er tennis i gång. Ju mer du spelar desto bättre blir din tennis till hösten!

Iwona, chefstränare



Erik Hernborg vann semifinalen i P12 med 6-0, 6-3.

Åkarps Tennisklubb
Detta kort ger dig 15 %
rabatt på inköp samt
strängning med
supernylon sena för 70 kr.
Racketshopen
Föreningsgatan 69
212 14 Malmö

E.ON - dagar i Åkarps Tennishall

Ett samarbete mellan E.ON och Åkarps Tennisklubb har gjort det möjligt att satsa på att erbjuda ungdomar att prova på tennis. Ungdomar från kommunens skolor har fått tillfälle att komma till Tennishallen i Åkarp där utrustning och tränare funnits till hands. Vid ett flertal tillfällen under mars/april har på detta sätt ca 150 ungdomar, de flesta i 8-12 års åldern, tagit chansen att prova på tennis. Förhoppningsvis kommer många att upptäcka tennisspelets tjusning och vilja lära sig mer. Arrangemanget som vi hoppas blir årligt återkommande var mycket uppskattat och entusiasmen sprudlade.

Bo Mårtensson



Många glada barn deltog på E.ON-dagarna.



Åkarps chefstränare Iwona instruerar på E.ON-dagarna.

Vi tackar våra sponsorer

Baldwin Jimek
Burlövsbostäder
Danisco Sugar AB
Datafant
E.ON
Konditori Katarina
Mathuset
Racketshopen
Ringtjänst i Arlöv AB
Sabtronic AB
Sparbanken Finn, Åkarp
Åke Larssons EI