

# J+S-Kids – Tennis: Lektion 1 «Rollen und tragen»

Die Kinder sammeln in dieser Lektion erste Erfahrungen mit dem Tennisschläger und dem Tennisball.



## J+S-Kids – Tennis: Lektion 1 «Rollen und tragen»

Nebst den J+S-Kids-Tennislektionen hat [Swiss Tennis](#) im Rahmen des Projektes [«Kidstennis»](#) die Übungssammlung [«Schlagkräftige Ideen»](#) für die Leiter, Lehrerinnen und Trainer zusammengestellt.

Das handliche Ringbuch ist für einen abwechslungsreichen und vielseitigen Tennisunterricht auf allen Alters- und Leistungsstufen hilfreich. Die Ideensammlung basiert auf den Ausbildungszielen von Swiss Tennis und Jugend+Sport.

[Mehr Tennis auf mobilesport.ch](#)

---

Quelle: [J+S-Kids](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**