



Swiss Tennis Newsletter – Januar 2021

Lieber Swiss Tennis Member

Unsere momentane Entfaltung auf den Tennisplatz ist nach wie vor sehr eingeschränkt. Darum heisst es kreativ sein: Wir zeigen Ihnen in diesem Newsletter wie Sie mit Street Racket trotzdem am Ball bleiben! Ausserdem erfahren Sie hier, wie Ihr Club davon profitieren kann, dass Swiss Tennis 2021 sein 125-Jahr-Jubiläum feiert. Wir hoffen, dass es dieses Jahr auch für Sie viele Gründe zum Feiern geben wird.»

Sportliche Grüsse

Ihr Swiss Tennis-Team





## 8. Tennis Forum Schweiz

### Warm anziehen und Street Racket spielen

Tennisclubs und -center müssen (vorerst) geschlossen bleiben, viele Tennisspielenden können aktuell ihrem Hobby nicht wie gewohnt nachgehen. Heute zeigen wir Ihnen, wie Sie sich mit Street Racket auf den (hoffentlich möglichen) Tennis-Sommer vorbereiten können. Denn Street Racket ist Racketsport für jedermann, jederzeit und überall – ohne Infrastruktur. Wir erklären wie's geht!

Street Racket ist ein innovatives Rückschlagspiel aus der Schweiz für alle, immer und überall. «Ein Grundprinzip von Street Racket ist: Mögliche Spielhürden minimalisieren. Entsprechend einfach ist das Konzept», erklärt Marcel Straub, Erfinder und Gründer von Street Racket.

Die Spielfelder können im Handumdrehen mit Strassenkreide (outdoor) oder Klebeband bzw. Court Lines (indoor) in der gewünschten Grösse auf dem Boden markiert werden. Das Feld besteht aus drei aneinandergereihten Quadraten – die beiden äusseren sind die Spielfelder, während das Mittlere als eine Art «Netzersatz» dient. Für Gruppen oder intensivere Spiele ist das Kreuzfeld (bestehend aus zwei Einzelfeldern) das eigentliche Herzstück des Konzepts. Gespielt wird mit zwei Schlägern und einem weichen Softball. Das Spielmaterial wurde eigens designt, um bestmögliche Effekte zu erzielen. Street Racket kann draussen oder drinnen und auf allen Alters- und Niveaustufen gespielt. Das Bewegungsspiel funktioniert direkt vor dem Haus, auf dem Pausenplatz, im Verein oder – wie jetzt in der Corona-Zeit – innerhalb der eigenen vier Wände mit der Familie. Es kann in kurzen Sequenzen, für längere Einheiten oder auch komplette Turniere genutzt werden.

## Viele Einsatzmöglichkeiten im Kids Tennis

« Bereits bei den ersten Versuchen können lange, motivierende Ballwechsel entstehen», sagt Lucien Schenk, Kids Tennis-Verantwortlicher bei Swiss Tennis. «Gerade im Kids Tennis ist es eine wunderbare Möglichkeit, um die Grundlagen mit Racket und Ball zu erarbeiten. Street Racket ist wie eine vereinfachte Form des Tennis, man muss noch nicht über ein Netz spielen, die Schläger sind leichter und man hat durch die zahlreichen Spielformen viele Möglichkeiten die Kids mit verschiedenen Stationen im Training zu beschäftigen und in Bewegung zu halten. »

Aber auch für geübte Tennisspieler bringt Street Racket Abwechslung und eine Menge Spass. Beim Street Racket kann Ballgefühl und speziell die Hand-Augen-Koordination geübt werden, ausserdem werden kognitive Aspekte integriert. «Die Spieler\*innen können über die Ballkontakte motorische Grundlagen erlernen, wie beispielsweise die Antizipation, die Reaktion oder die Differenzierungsfähigkeit – das heisst, dass beispielsweise ein schneller Ball von einem langsamen unterschieden werden kann, was dann natürlich einen anderen Rückschlag erfordert. Zudem können spannende Denkprozesse und Wahrnehmungsspiele in unsere Aktivitäten integriert werden», so Marcel Straub.

## Spassiges Spiel mit Abstand

Gerade jetzt – mit viel Bildschirmzeit und fehlenden Trainings- und Ausgleichsmöglichkeiten – kann Street Racket positive Impulse setzen. Studien belegen, dass die rhythmischen Ballwechsel dabei helfen können, Kurzsichtigkeit einzudämmen. «Täglich draussen an der frischen Luft eine Runde Street Racket zu spielen, stärkt das Immunsystem und hilft, Frust, Aggression und Depressionen zu verringern», ist Marcel Straub überzeugt. Also, warm anziehen und Street Racket spielen...

## Vielfalt erleben mit Street Racket am 8. Tennis Forum Schweiz

Am [8. Tennis Forum Schweiz](#) vom Samstag, 27. März 2021 zeigen Lucien Schenk und Marcel Straub wie Street Racket ins Tennistraining eingebaut werden kann. Der Kurs findet virtuell (über Zoom statt) und wenn es erlaubt ist, auch mit Präsenz in Biel. Anmeldungen für das Forum sind noch bis am 9. März 2021 möglich.

- [Factsheet zum Kurs](#)
- [Anmeldung](#)

## Haben Sie Lust bekommen, Street Racket auszuprobieren?

Dann besuchen Sie unseren [Shop](#). Hier einige zusätzliche Infos :

- **Street Racket Set « [classic collection](#) »** : Nachhaltige Produktion in der Schweiz. Die [Startrampe Wetzikon](#) für berufliche Integration sowie die [Stiftung Stöckenweid](#) für Menschen mit Beeinträchtigungen in Meilen produzieren die Street Racket Rackets der «classic collection».
- Das **[Team Racket](#)** - das innovative Racket zur Förderung von Teamgeist und Kooperation – wird von Hand in der Schweiz hergestellt.
- **Street Racket Set «[black collection](#)»**
- Bei Fragen zu den Produkten bitte eine E-mail senden an [info@streetracket.com](mailto:info@streetracket.com).
- Hier finden Sie den **«[stay at home](#)» und «[do it yourself](#)» Bereich** von Street Racket: Damit können Sie ihren eigenen Street Racket Schläger herstellen und/oder gestalten. So wird das Home-Tennis zum gestalterisch-kreativen Familienprojekt, bevor es mit der Action daheim losgeht.

Street Racket-Set bestellt? Dann finden Sie hier alles Wissenswerte wie **Spielregeln**, **Spielformen** oder **Video-Tutorials** damit Sie gleich loslegen können:

- [Offizielle Website: www.streeracket.net](http://www.streeracket.net)
- [Spielregeln](#)
- [Street Racket Lehrmittel und Spielesammlungen](#)
- [BASPO Merkliste: Spielformen Street Racket](#)
- [BASPO Themenheft: Coole Ballspiele](#)
- [smash 9/19: Spielend lernen – jedermann, jederzeit und überall](#)
- [YouTube-Kanal mit vielen Video-Tutorials](#)
- Dank der kostenlosen [Street Racket App](#) mit zahlreichen Übungen finden Sie sofort und überall spielerisch den Zugang in die Welt von Street Racket!  
[Street Racket Android Store App mit Ronnie Racket](#)  
[Street Racket Apple Store App mit Ronnie Racket](#)
- Das Street Racket Team bietet Einführungskurse, Workshops, Webinare und Beratungen an ([info@streeracket.com](mailto:info@streeracket.com))



Main Partner

GotCourts

HONDA

SECURITAS

SW/CA

Official Watch

RADO  
SWITZERLAND

Redaktionelle Verantwortung und Publikation:  
Swiss Tennis, Roger-Federer-Allee 1, CH-2504 Biel

[Newsletter abmelden](#)

