

Istorija

Stalo teniso asociacija Waalwijk atsirado 1947 m. iš RKC Waalwijk rėmėjų grupės ir yra didžiausia stalo teniso asociacija De Langstraat regione.

Vieta

Mūsų žaidimų kambarį su 8 stalo teniso stalais rasite adresu Hertog Janstraat 1d, Waalwijk. Mūsų mėlynai geltonas įėjimo duris ir laiptus į pirmą aukštą rasite dešinėje nuo dviračių parduotuvės Arno van Kessel.

Narystė

Norėdami žaisti pramogai, mokate 25,00 € per ketvirtį (ir vienkartinį 5,00 € registracijos mokestį).

Ar jūs taip pat norite žaisti varžybose? Tai įmanoma nacionalinėje IR regioninėje federacijoje. Už tai organizuojanti asociacija prašo papildomo įnašo.

Žaidimų laikai

Būdamas jaunimo narys, tu treniruojiesi pirmadieniais ir ketvirtadieniais nuo 18.30 iki 20.00 val. Kaip vyresnio amžiaus narys galite treniruotis pirmadieniais 8-21:30 val.

Be to, visi nariai gali žaisti laisvalaikio pirmadienio, antradienio ir ketvirtadienio vakarais nuo 20 val ketvirtadienio rytais nuo 9:00 iki 12:00 val.

Ar norite žaisti varžybose? Tada jaunimo žaidimai bus žaidžiami šeštadienį, o senjorams – pirmadienio–penktadienio vakarą.

Yra daugiau nei pakankamai galimybių žaisti.

Ar tu susidomėjęs?

Ateik ir rinkti informaciją be įsipareigojimų žaidimo metu ir iškart pataikyti kamuolį. Taip pat galite rašyti el. laišką Gert-Jan@ttvWaalwijk.nl arba skambinti 06-53158194.

Tenis stołowy: dla każdego, na zawsze



Kodėl žaisti stalo tenisą?

Galbūt svarstote žaisti stalo tenisą, bet vis dar dvejojate? Stalo tenisas yra labai smagus dėl šių priežasčių:

Jauki ir sociali

Dauguma pradedančiųjų įsitraukia vieni ir greitai susidraugauja su esamais nariais.

Greitai atsakykite

Kamuoliukas turi tik trumpą atstumą ir greitai grįžta pas jus. Dėl to stalo tenisas, kaip teigiama, yra greičiausiai reaguojanti sporto šaka.

Taip pat išmokite greičiau reaguoti, kitaip pavėluosite.

Iš to gausite ne tik stalo teniso, bet ir kitų sporto šakų bei kitų sporto šakų.

Jauniems ir dideliems

Stalo tenisas – tai berniukų ir mergaičių, vyrų ir moterų, jaunų ir vyresnių sporto šaka. Galite pradėti bet kuriame amžiuje. Turime narių nuo 8 iki 95 metų.

Ši technika yra gana paprasta ir ją gali išmokti bet kokio amžiaus bet kuris žmogus.

Stalo tenise sutinkate ne tik savo amžiaus žmones, bet ir jaunimą bei pagyvenusius žmones. Galite nuolat mokytis iš kitų arba ko nors išmokyti kitus.

Jūs pats nustatote žaidimo lygį, priklausomai nuo to, koks esate fanatiškas ir trokštantis mokytis.

Moksliskai įrodyta, kad stalo tenisas lėtina Alzheimerio ligą.

Fiziškai intensyvus

Stalo tenisas yra fiziškai intensyvus aukštesnio lygio sportas.

Jūs naudojate daug savo raumenų ir sąnarių.

Jei esate dar jaunas, stalo tenisas yra labai naudingas geriau jausti kamuolį, sparčiau lavinti smulkiąją motoriką ir geresnę akių/rankų koordinaciją.

Aiškus mąstymas

Stalo tenisas yra ne tik fizinė sporto šaka, jūs taip pat turite gerai ir greitai galvoti.

Nuolat ieškote, kokios yra jūsų priešininko silpnosios vietos ir koku efektu varžovas žaidžia kamuolį!

Akimirksniu suprasite, kaip geriausiai reaguoti į kamuolį nuo savo priešininko.

Technika

Stalo tenisas yra prašmatnus ir greitas žaidimas, tačiau pagrindinis žaidimas yra stebėtinai paprastas. Vos po kelių pamokų galėsite žaisti pakankamai gerai. Po to turėsite daug galimybių pagerinti savo žaidimą. Dėl to stalo tenisas yra tokia įdomi sporto šaka.

Kai kurie žaidėjai iki tobulumo įvaldo tam tikras technikas, bet kitose vietose yra silpnos.

Taktinis intensyvus

Nors bandote paslėpti savo silpnąsias vietas, jūs bandote rasti savo priešininko silpnąsias vietas ir nustebinti savo varžovą sumaniai padėdami kamuolį ir pridėdami efekto.

Dar daugiau plusų:

- + Jūs nesate priklausomas nuo oro.
- + Jei lauke šilta, jį jungiame oro kondicionierių.
- + Jei lauke šalta, mes jį jungiame šildymą.
- + Žaidi vienas, bet ir kaip komanda.
- + Išmoksite veikti ir greitai reaguoti. + Maža traumų rizika.

Veikla

Be savaitinių žaidimų laiko, organizuojame daug smagių ir malonių užsiėmimų, tokių kaip:

- + Mini Maxi turnyrai
- + Apšilimo turnyrai
- + Atviri dvejetų turnyrai
- + Vasaros stovyklos
- + Klubų čempionatai
- + Kortelių naktys