

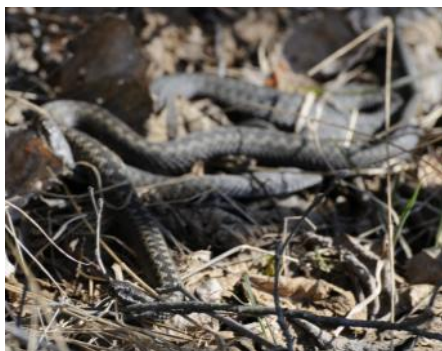


Toukokuun info / *Info för maj*

Uskomatonta, kesä on jo ovella!

Niin vaan auringonlämpö sulatti ne valtavat lumimäärät, joita luulin vielä juhannuksenakin katselevan. Luonto on herännyt, mieletön sirkutus alkaa heti aamuyöstä ja silmät auki kulkemalla voi nähdä upeita asioita luonnossa. Polkupyörät on kaivettu esiin ja moni tennisjuniori kulkee tennistunnille pyöräillen. Varovaisuutta liikenteessä ja muistathan käyttää kypärää.

Koulujen loputtua lapsilla mahdollisuus viettää aikaa kesäleirillä, kun aikuiset ovat vielä töissä. Ilmoittaudu nopeasti, muutama paikka vielä vapaana. Tervetuloa pelaamaan hyvässä seurassa!



Kuvia Espoon keskuspuistosta 25.4. (kuvat Timo Etumäki)

Sisältö:

1. GT:n ulkomestaruuskisat 2010
2. SM –kilpailut (12/16) Tampereelle
3. Junnuliigan 2. osakilpailu FiTe Clubilla
4. GT:n junioreilla peli-ilta Lo-Ten pelureiden kanssa
5. GT:n kilpajunioreiden fysiikkatreenit
6. Ismolle pronssia Squashin SM-kisoista
7. GT:n junioreita kilpailuissa
8. Lopulliset sarjapelitulokset 2009-2010
9. GT:n kansalliset kilpailut
10. Racketlonin SM-kilpailut, mitaleita GT:n pelaajille
11. Syksyn valmennukseen ilmoittautuminen
12. GT:n tyytyväisyyskysely kevät 2010
13. Ulkokenttien aukioloajat
14. Uutuustuote, mailapelikesäkortti
15. MOVE, SUF, Pontus Jäntin sulkapallokoulu
16. Tapahtumakalenteri
17. Yhteystiedot

GT:n ulkomestaruuskisat 2010

GT:n ulkomestaruuskilpailut pelataan ulkokentillä 21.5. - 25.6. (juhannukseen mennessä). Sarjoina M / N yleinen sekä juniorit alle 13 ja 16v. (junnusarjoissa tytöt ja pojat pelaavat samassa sarjassa). Osallistumismaksu 15 euroa, juniorit ilmaiseksi. Ilmoittautuminen 20.5. mennessä kotisivuilla.



Junioreiden SM– kilpailut Tampereella

Junioreiden 12 ja 16 -vuotiaiden SM-kilpailut pelattiin 1.-5.4. Tampereella. GT:n pelaajia mukana oli viisi: P16 sarjassa **Juha Ellonen, Jonas Hallbäck ja Filip von Troil**, P12 sarjassa **Tomas Palomäki** ja T12 sarjassa **Teresa Hotanen**.

Loukkaantumiset sävyttivät Tampereen junioreiden SM-kisoja. **Juha Ellonen** GT pääsi suoraan 32 parhaan joukkoon, jossa sai vastaansa Tampereen TaTSin oman kasvatin, Tero Jokisen. Ottelussa palloa lyötiin kovaa ja tarkemmaksi osoittautui Juha, joka erinomaisella pelillä meni jatkoon 62, 62. Seuraavalla kierroksella A-luokan pelaaja Juha-Pekka Sallila osoittautui paremmaksi luvuin 63, 62, mutta Juhan hyvää peliä etenkin ensimmäisessä erässä oli ilo seurata.



Juhan pelejä oli ilo seurata

Teresa Hotanen sai vastaansa Coco Eräkankaan TaTS, voitettuaan Aino Alkion HVS 60, 62. Kuten edellisessä kohtaamisessa, Coco osoittautui jälleen paremmaksi; tällä kertaa luvuin 62, 63 mutta pääsy 16 parhaan joukkoon oli hyvä suoritus. (HVT)

Tulokset :

P16

Juha Ellonen— Valtteri Telinkangas VT wo; **Juha Ellonen**—Tero Jokinen TaTS 62,62;

Juha Ellonen— Jussi-Pekka Sallila RoVS 36,26

Jonas Hallbäck— Henrik Sinkko ÅLK 06,06

Filip von Troil—Anton Tauru Smash-Kotka 67,26



Teresa pelasi hyvät kisat

P12

Tomas Palomäki— Juho Poutiainen PTT 64,64; **Tomas Palomäki**—Emil Ruusuvuori HLK wo

T12

Teresa Hotanen— Aino Alkio HVS 62,60; **Teresa Hotanen**—Coco Eräkangas TaTS 62,63

Junnuliigan 2. osakilpailu 16.-18.4.

GT Peli-ilo (Tomas Palomäki ja Lukas Lassooy) pelasi hyvät ottelut FiTe-Clubilla Myllypurossa.

16.4. GT Peli-ilo - HyTs Nesmat 3-0

Tomas Palomäki - Nestor Kauppinen 67,60,64; Lukas Lassooy - Matias Rikka 62,62;
Palomäki / Lassooy - Kauppinen / Rikka 64,62

17.4. GT Peli-ilo – LVS TVS Combo 0-3

Tomas Palomäki – Tony Petrola LVS 26,26; Lukas Lassooy – Akseli Oinonen TTS 26,06; Palomäki / Lassooy –Petrola / Oinonen 61,26,36

18.4. GT Peli-ilo – TCT Sorlow 3-0

Tomas Palomäki – Jason Sormunen 64,61 ; Lukas Lassooy – Aleks Sokolow 61,63; Palomäki / Lassooy –Sormunen / Andreas Tirkkonen 62,61



GT Peli-ilon ja LVS/TVS Combion pelurit

GT:n junioreilla peli-ilta Lo-Ten pelureiden kanssa

Grani Tenniksen kilpajuniorit saivat lauantaina 24.4. ystävyysotteluun vieraiksi Lo-Te:n. Harjoituskohtaaminen pelattiin Kauniainen Urheilupuiston kentällä mukavassa hengessä. Sekä tytöt että pojat osallistuivat kahden hengen joukkuein, molemmat pelaten 4 kaksinpeliä ja nelinpelin, Davis Cup tyyliin.

Illan aikana pelattiin tiukkoja otteluita ja kentällä näkyi tenniksen parhaita peli-iloa. Kiitokset kaikille osallistujille mukavasta peli-illasta ja seuralle pelien tukemisesta. (Timy Lassooy)



GT:n ja LoTe:n tyytyväisiä pelureita

Illan tulospörssi:

Teresa Hotanen - Jannika Jusell 6-3,6-2, Elisa Vihonen - Laura Pennanen 3-6,2-6, Teresa - Laura 3-6,6-7,(2-7), Elisa - Jannika 6-2,6-4, Elisa/Teresa - Jannika/Laura 6-4,6-2

Tomas Palomäki - Joakim Jusell 6-3,3-6,10-7, Lukas Lassooy - Patrick Skog 6-4,7-6,(7-2) Lukas - Joakim 7-5,6-3, Tomas - Patrick 6-4,6-4, Lukas/Tomas - Joakim/Patric 4-6,4-6

Fysiikkavalmennus osana junioreiden arkea

Kaikkien GT:n kilpajunioreiden harjoitusohjelmiin on sisällytetty fysiikkavalmennusta. Käytännössä harjoittelu tapahtuu säännöllisesti ryhmässä, yksin tai valmentajan kanssa. Kaikille on katsottu paras tapa harjoitella omien aikataulujen ja muiden harjoitteiden kanssa sopiviksi. Tuloksia on jo alkanut näkyä pelaajien liikkumisessa, voimatasoissa ja kestävyudessa. Tennis lajina on toispuolinen ja tiettyjä kehon alueita rasittava, joten monipuolinen harjoittelu ja liikkuminen ovat erittäin tärkeitä kaikille tennispelaajille lihastasapainon saavuttamiseksi sekä loukkaantumisten välttämiseksi. Kesällä onkin loistava tilaisuus harjoittaa kehoa monipuolisesti ihan huomattamatta, mm. erilaiset pihapelit, skeittaus, uiminen, puissa kiipeily ym. ovat kaikki loistavia ja monipuolisia lajeja ajatellen nuorten fyysisten ja motorististen ominaisuuksien kehittämistä.

Kuva: Lukaksen keskiviikkoinen puolituntinen fysiikkatreeni alkamassa naruhyppelyllä



Ismolle pronssia Squashin SM-kisoista



Squashin SM-kilpailut pelattiin Esport Centerissä 23.–25.4. Kisoihin osallistui myös GT:n valmentajamme racketlon-spesialisti **Ismo Rönkkö**. Ismo osallistui MC-sarjaan ja sai pelata "koko rahan" edestä, ennen kuin pronssimitali ripustettiin kaulaan (otteluita kertyi kuusi viikonlopun aikana). Onnittelut Ismolle!

Kaikki tulokset löytyvät sivuilta: www.squash.fi

GT:n junioreita kisoissa huhtikuussa/ *Nationella resultat*



5.-7.3. Laajasalon juniorikilpailut (P11)

Antti Pollari—Mikko Mäenpää HVS 63,62; **Antti Pollari**—Anttoni Kinnunen Smash 26,26

9.-11.4. Satan kansalliset (P14)

Casper Nykopp—Henri Hakala HyTS 61,60; **Casper Nykopp**—Peter Sillanpää V-P 26,06

9.-11.4. IPP Juniorikilpailut

Lukas Lassooy—Oskari Tornivuori SaTa 62,60; **Lukas Lassooy**—Nooa Kalatie EVS 62,61; **Lukas Lassooy**—Paul Sarajuuri HVS 61,63 (P11)

Tomas Lassooy—Eelis Jauhiainen Smash 46,36; **Tomas Lassooy**—Ossi Kylliäinen Smash 64,16,57 (P9)

16.-18.4. Kansalliset Vantaalla (MC)

Benjamin Nyman—Pauli Sillanpää V-P 75,60; **Benjamin Nyman**—Mika Laine HVS 36,26

Juha Ellonen—Timo Montell TTS 46,16

16.-18.4. Golla-Open (T12)

Teresa Hotanen—Emma Heinonen TVS 63,62; **Teresa Hotanen** - Nanna Havia Lo-Te 64,46,510; **Teresa Hotanen**—Satu Salonen EVS 26,46

16.-18.4. HLK-Cup

Elisa Vihonen—Natalia Sjöblom HVS 26,36; **Elisa Vihonen**—Laura Pennanen LoTe 06,36; **Elisa Vihonen**—Saskia Koivu Smash 46,26 (T13)

Tomas Lassooy—Eelis Jauhiainen Smash 46,57; **Tomas Lassooy**—Antonio Martinez—Martinez TaTS 16,26 (P9)

23.-25.4. Babolat Cup (MA2)

Daniel Lassooy—Mika Järvinen Smash 64,64; **Daniel Lassooy**—Marko Lehtosaari PuiU 46,62,67

23.-25.4. Aktia Junior Open (P11)

Tomas Palomäki—Nooa Kalatie EVS 63,63; **Tomas Palomäki**—Mike Mikkola Smash 63,62; **Tomas Palomäki**—Leo Ussher HVS 62,62; **Tomas Palomäki**—Ilari Vesanen V-P 16,26

23.-25.4. Tykkimäki lohkoturnaus (P14)

Casper Nykopp—Emil Salonen HLK 60,63; **Casper Nykopp**—Walteri Heikkinen Smash 60,60; **Casper Nykopp**—Jani Ala—Ketola HVS 64,61; **Casper Nykopp**—Lasse Perälampi HVS 64,61 > Turnausvoitto Cassulle, onnittelut!

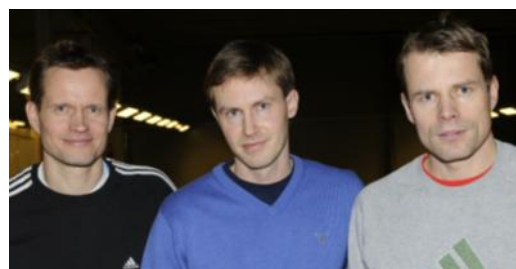


Tykkimäen turnausvoittaja

GT:n joukkueiden sarjapelitulokset 2009-2010



GT1 (2 div.)	LOHKO C / 3.
GT2 (3div.)	LOHKO B / 8.
GT3 (4div.)	LOHKO E / 4.
M35 (1div.)	LOHKO A / 3.
M40 (1div.)	LOHKO B / 2.
M50 (2div.)	LOHKO B / 2.
M55 (2div.)	LOHKO A / 4.
M65 (1div.)	LOHKO A / 2.
N40 (SM)	SM—pronssia
N40 (1div.)	LOHKO A / 3.



Joukkue M40 nousi 2010-2011 SM-liigaan, onnittelut!

GT:n kansalliset kilpailut 28.-30.5.

GT järjestää kansalliset kilpailut toukokuussa ulkokentillä. Luokat ovat MA2, MB, NC, P11. Varaa viikonloppu kalenteriisi ja tule mukaan kisoihin.



Luokat : 2-p MA2, MB, NC, P11 lohkot

Pelipaikka: Kauniaisten ulkokentät

Ilmoittautumiset: 23.5.2010 klo 18 s-postilla granitennis@granitennis.fi

Osanottomaksu: 30€

Palkinnot: Tavarapalkinnot, kaikkien luokkien voittajille Nintendo DS Lite pelikonsoli

Kilpailunjohtaja: Erik Nykopp

GT:s nationella tävlingar 28-30.5

GT ordnar nationella utomhustävlingar i maj. Klasserna är MA2, MB, NC och P11. Boka veckosluttet i din kalender redan nu och delta i tävlingen!

Klasser: 2-p MA2, MB, NC, P11

Ställe: Utebanorna i Grankulla

Anmälning: 23.5.2010 kl. 18 per e-post på adressen granitennis@granitennis.fi

Deltagaravgift: 30 €

Priser: Produktpriser, till vinnarna i alla klasser en Nintendo DS Lite spelkonsol

Tävlingsledare: Erik Nykopp



Vuoden 2009 A3 luokan finalistit

Racketlonin SM-kilpailut, mitaleita GT:n pelaajille

Racketlonin SM-kilpailut pelattiin Kauniaisten Urheilupuistossa 17.-18.4. Racketlon on mailapelikilpailu, missä pelataan pingistä, sulkapalloa, squashia ja tennistä. Grani Tenniksen pelaajia oli kilpailussa mukana viisi: Miesten A-luokassa **Ismo Rönkkö** ja MC sekä P16-luokassa **Jonas Hallbäck, Niklas Ahlblad, Maximilian Rehn ja Elias Axelsson**.

Ismo oli kilpailun kakkoseksi sijoitettu ja eteni hienosti finaaliin, missä kohtasi ykkössijoitetun Mikko Kärkkäisen. Mikko oli kovassa iskussa ja voitti finaalin ennen viimeistä lajia. Onnittelut Ismolle SM- hopeasta!

MC sarjaan osallistui **Jonas, Niklas ja Maximilian**. Pojat hävisivät ensimmäisellä kierroksella, mutta saivat hyvää kokemusta P16 sarjaan. Ensimmäistä kertaa pelattiin myös P16 sarja, johon osallistui Jonen, Niklaksen ja Miilin lisäksi **Elias** Axelsson. Tyhjin käsin ei kotikisoista tarvinnut kotiin lähteä, sillä **Jonas Hallbäck** voitti koko sarjan, ja sai **SM-kultaa**!! Onnittelut Jonakselle!

Kaikki tulokset löytyvät sivulta:

www.racketlon.fi



Komea joukko GT:n racketlon pelureita

Syksyn valmennukseen ilmoittautuminen

Viikolla 21 alkaa ilmoittautuminen syksyn valmennukseen seuran kotisivujen kautta. Kun varaat jatkopaikkasi ennen juhannusta, on sinulla etuoikeus tunteihin ennen uusia tulokkaita. Voit ilmoittautua mukaan, vaikka junioreiden kohdalla tarkemmat harjoitusten ajankohdat selviävät vasta koulujen alettua. **Aikuisvalmennuskausi alkaa maanantaina 16.8., lasten ja nuorten valmennus maanantaina 30.8.**

GRANI TENNIKSEN TYYTYVÄISYYSKYSELY keväällä 2010

Kevään aikana GT lähetti jäsenyytyväisyyskyselyn kolmelle eri ryhmälle; seuravalmennuksessa olevien lasten vanhemmille, aikuisvalmennukseen osallistuville ja senioriryhmäläisille. Valmennusta ja seuratoimintaa pyydettiin arvioimaan asteikolla 1-5.

Valmennukseen osallistuvien lasten vanhemmat. Tennisharrastukseen oltiin kokonaisuudessaan erittäin tyytyväisiä, keski-arvo 4,37 (vuonna 2009 ka 4,21),. Valmentajien lajitaidot saivat keskiarvon 4,44 (4,06). "Valmentajat hoitavat tehtävänsä hyvin" sai arvion 4,28 (4,13). "Yhteistyö sujuu valmentajan kanssa hyvin" 4,07 (3,81). Eli erittäin hyviä arvioita ja parannusta vuoden takaiseen tilanteeseen.

Vanhemmat toivoivat enemmän palautetta oman lapsensa kehittymisestä. Tähän seura haluaa muistuttaa, että lasten tunteja saa tulla vapaasti seuraamaan hallin kahviosta, kunhan antaa tunnille ja valmentajalle työrauhan. Infoa luetaan erittäin ahkerasti: luen infon melkein aina (89 %), harvemmin (9 %) ja en koskaan (2 %). Vanhemmat toivoivat lapsilleen lisää lajinomaista fysiikkavalmennusta, leirejä ja seuran sisäisiä kilpailuja.

Aikuisvalmennus. Aikuisvalmennus alkoi uutena palveluna viime syksynä uudessa hallissa. Vastausprosentti kyselyyn oli korkea 78 %. Vastajat olivat erittäin tyytyväisiä uuteen harrastukseen (ka 4,64). Muutkin arviot valmentajista olivat vielä korkeammat kuin lasten kyselyssä. Vastajaista 92 % ilmaisi halukkuutensa osallistua lyöntien videoanalyysitunnille. Lisätunteja toivoi 59 % pelaajista. Infon lukee melkein aina 95 %. Pelaajat toivoivat 2 h treenejä (joista toinen tunti olisi pelitunti), ohjattuja peli-iltoja, nelinpeliä ja tennispilatasta.

Senioriryhmä. Senioriryhmäläiset ovat jo pitkään GT:ssä pelanneita pelureita. Heistä 39 % ilmoitti haluavansa pelata tulevalla talvikaudella enemmän. 52 % ei nähnyt tarvetta valmennukselle, mutta niistä jotka sitä halusivat, toivoivat valmentajaa paikalle 1-2 kertaa kaudessa. Videoanalyysiin haluaisi osallistua 40 % senioreista.

Laskut jäsenet haluavat sähköisesti 88 % (paperilla 12 %). Tiedotus kotisivujen ja kuukausi-infon välityksellä sai keskiarvon 4,3. Muutamilla vastaajilla on ollut vaikeuksia avata infoa. Ohjeet infojen lukemiseen löytyy kotisivuilta, joka poistaneet tämän ongelman.

KIITOS kaikille vastaajille palautteesta, joka on arvokasta valmennusta ja seuratyötä kehitettäessä jäsenten toiveiden mukaisesti!



Grani Tenniksen toimintaan oltiin erittäin tyytyväisiä

KAUNIAISTEN ULKOTENNISKENTÄT KESÄLLÄ 2010 Aukioloajat:



1.-31.5. ma-pe klo 7-22 la 10-19 su 10-22
31.5.-24.6. ma-pe klo 7-22 la 10-18 su 10-22
25.6.-1.8. ma-pe klo 8-21 la 10-18 su 12-20
2.8.-31.8. ma-pe klo 7-22 la 10-18 su 10-22

Hinnat:

14 €/tunti
10 €/tunti Grani Tenniksen jäsenille
vakiovuoro koko kesäksi 140 € (120 € GT:n jäsenille)
GT:n juniorit veloitusetta

Varaus alkaen 15.5.:

Ennen ensimmäistä tuntia ota yhteyttä Kauniaisten Urheilupuistoon 09-84934310. Rekisteröitymällä saat salasanan ja tunnuksen, jolla voit varata ulkokenttien tunteja netissä www.kauniaistenurheilupuisto.fi. Koko kesän laskutus kauden lopussa. Yksittäisiä tunteja voi varata ja maksaa Kauniaisten Urheilupuistossa.



UUTUUS! Kesän MAILAPELIKORTTI 250 € (GT:n jäsenille 195€)

rajaton määrä tennistä, sulkista, squashia, pingistä ja golfsimulaattoria Kauniaisten Urheilupuistossa (kesäaukioloajat) tai tennistä ulkokentillä 1.6. - 15.8.2010, henkilökohtainen.

Mailapelikesäkortin säännöt ovat seuraavat:

1. Voit varata aina yhden tunnin kerrallaan.
2. Mailapelikortti tulee maksaa pelikassalle (myös laskutus mahdollista, lisätään laskutussisä)
3. Kortti henkilökohtainen tai perhekohtainen
4. Kortti on voimassa 1.6-15.8

Lisätietoa www.kauniaistenurheilupuisto.fi

Suosittu tennisleirit ja -kurssit lapsille ja aikuisille. Katso www.granitennis.fi

MOVE



Käy katsomassa www.move.fi, sieltä löydät tietoa Moven toiminnasta mm. kesän tanssileireistä.

Kaikille uusille aina yksi ilmainen kokeilukerta, käytä hyväksesi ja tule tutustumaan.

Suomen Urheilufysio Kauniainen



SUOMEN
URHEILUFYSIO

Ristihaantie 2, 02750 Espoo, puh. (09) 8493 4310.

Avoinna ma-pe klo 8-21 ja la klo 10-16. www.suomenurheilufysio.fi

Pontus Jäntti Sulkapallokoulu



Pontus Jäntti sulkapallokoulu järjestää kesällä Victor Badminton Summer Camp - sulkisleirejä ja kursseja. Mukaan mahtuu vielä.

Sopii aloittelijalle tai jo lajia harrastaneelle (7-14 v). Info ja ilmoittautumiset 10.5. mennessä www.sulkapallokoulu.fi tai Paula Jäntti 045-6340066.

Tapahtumakalenteri

Toukokuu

- 13.5. Helatorstaina harjoitukset normaaliin aikaan
- 13.-15.5. GT:n kilpelaajien leiri Pajulahdessa
- 21.5-22.6. GT:n ulkomestaruuskilpailut
- 24.5. Ilmoittautuminen syksyn valmennukseen alkaa
- 24. ja 27.5. Valmennuksen korvauspäivät
- 28.-30.5. GT:n kansalliset kilpailut
- 31.5. Aikuisten kesäkurssit alkavat (kts kotisivut)

Kesäkuu

- 6.6. Valmennuksen kevätkausi loppuu
- 7.6. Lasten ja nuorten kesäkurssit alkavat (kts kotisivut)



Kuva kesän 2009 kesäleiriltä

Kauniaisten Urheilupuisto Oy / Grani Tennis Ry

Ristihaantie 2
02750 Espoo
Asiakaspalvelu / varaukset: 09-84934310
Hallin aukioloajat:
ma-pe kello 7.00-23.00
la 8.30-21.00 ja su 8.30-23.00
asiakaspalvelu@kauniaistenurheilupuisto.fi
www.kauniaistenurheilupuisto.fi



Grankulla idrottspark Ab/Grani Tennis r.f

Korshagavägen 2
02750 Esbo
Kundbetjäning/bokningar: 09-84934310
Öppettider:
mån.-fre. kl. 7.00-23.00
lör. kl. 8.30-21.00 och sön. kl. 8.30-23.00



YHTEYSTIETOJA / KONTAKTUPPGIFTER:

Grani Tennis
Janne Viitala 050 594 2006
Susanna Etumäki 040 516 3723
Kotisivu:

granitennis@granitennis.fi
janne.viitala@kauniaistenurheilupuisto.fi
susanna.etumaki@granitennis.fi
www.granitennis.fi

Valmentajien yhteystiedot löytyvät kotisivuilta / *Kontaktuppgifter till tränarna finns på vår hemsida.*