

# Tennis

Dein Kind sollte in seiner Sporttasche immer ausreichend Wasser mithaben. Neben Wechselsachen und einem Handtuch benötigt Dein Kind verschiedenes Zubehör für sein Sporttraining. Zu Beginn reichen bequeme Kleidung und Schuhe. Je intensiver Dein Kind Tennis als Hobby trainiert, desto professionellere Utensilien werden in der Sporttasche untergebracht.

Was in jede Sporttasche gehört	
<p><b>Bekleidung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> funktionale Kleidung, die bequem ist, nicht einschneidet und in der man sich gut bewegen kann</li> <li><input type="checkbox"/> geeignetes Schuhwerk</li> </ul>	<p><b>Im Sommer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> kurze Tennisbekleidung</li> <li><input type="checkbox"/> Sonnencreme und Kopfbedeckung</li> </ul> <p><b>Im Winter</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Jäckchen oder dünner Pullover</li> <li><input type="checkbox"/> lange Tennisbekleidung</li> </ul>
<p><b>Körperpflege</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Waschtasche mit Bürste, Haarshampoo, Duschgel</li> <li><input type="checkbox"/> Badelatschen</li> <li><input type="checkbox"/> Duschhandtuch</li> <li><input type="checkbox"/> kleines Handtuch</li> <li><input type="checkbox"/> Deodorant (ab dem Teenageralter)</li> <li><input type="checkbox"/> Tüte für schmutzige Kleidung</li> </ul>	<p><b>Sonstiges</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ausreichend Wasser</li> <li><input type="checkbox"/> Obst, Energie-Riegel (nach dem Sport)</li> </ul>
Für den Tennisunterricht	Für den Tischtennisunterricht
<p><b>Schuhe und Zubehör</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tennisschuhe</li> <li>✓ Tennisschläger</li> <li>✓ Tennisbälle</li> <li>✓ lockeres T-Shirt und leichte Hose</li> </ul>	<p><b>Schuhe und Kleidung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Hallenschuhe</li> <li>✓ Tischtennisschläger</li> <li>✓ Tischtennisbälle</li> <li>✓ lockeres T-Shirt und leichte Hose</li> </ul>
Für den Badmintonunterricht	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Hallenschuhe</li> <li>✓ Badmintonschläger</li> <li>✓ Federbälle</li> <li>✓ lockeres T-Shirt und leichte Hose</li> </ul>	

Besprich mit dem Tennislehrer Deines Kindes, was Ihr konkret benötigt, damit Dein Kind alles Wichtige in seiner Sporttasche parat hat. Weitere Informationen findest Du in unserem Artikel zum Thema [Tennis](#).