

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КЛУБ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА "Быстрый мяч"



История Клуба настольного тенниса «Быстрый мяч».

КНТ «Быстрый мяч» основан в 2017 году.

Поводом для создания Клуба послужила элементарная потребность человека иметь возможность просто играть в теннис, когда этого захочется. В прошлом профессиональный спортсмен, много путешествующий по России, он заметил, что мест, куда можно просто прийти и поиграть, поиграть на хорошем профессиональном оборудовании, на высоком профессиональном уровне ..., не так то много. В крупных столичных городах такие места найти не сложно, но в региональных центрах и курортных городах, в местах излюбленного отдыха россиян, таких мест практически нет.

В 2017 году, в очередной раз посетив Геленджик, энтузиаст решил воплотить в жизнь свои идеи и основать здесь не большой игровой клуб для любителей этого вида спорта. Клуб должен был стать тем местом, куда мог бы прийти любой человек и просто поиграть в настольный теннис, либо прийти любой желающий, взрослый или ребёнок, научиться в него играть, либо мог прийти спортсмен и потренироваться для поддержания своей формы, находясь на отдыхе в курортном городе.

И ещё, клуб должен был стать тем местом, где можно собраться спортсменам профессионалам, деятелям спортивных федераций, тренерам и просто любителям этого вида спорта, чтобы обсудить насущные проблемы, поделиться опытом.



Вид спорта — настольный теннис.

Возникновение настольного тенниса изначально происходило, как некая домашняя игра. Возникла игра в Англии, во второй половине в 19 века. Как вид спорта возник уже в начале 20 века. Первые соревнования -1901 год. В 1926 году была образована Международная федерация.



Какие жизненно важные качества и навыки удаётся развить.

Развивает зрение. Глаза во время игры непрерывно делают зарядку, фокусируясь на летящем, быстро движущемся мяче. Хорошо для тех, кто много времени проводит за компьютером.

Улучшает почерк. Настольный теннис — это развитие мелкой моторики руки и кисти.

Развивает реакцию. Трудно придумать спорт, лучше развивающий реакцию и концентрацию внимания. Многие именитые боксёры всегда уделяли много времени тренировкам за теннисным столом.

Ловкость. На языке учёных — это высокоразвитые мускульные ощущения и пластичность корковых нервных процессов. Настольный теннис работает на улучшение работы и того и другого, приучая мозг работать быстро и эффективно.



Какие жизненно важные качества и навыки удаётся развить. Что учесть. На что обратить внимание.

Поза игрока-теннисиста — ноги в полусогнутом состоянии — укрепляет мышцы ног. К тому же, как и бег, теннис укрепляет дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Именно поэтому настольный теннис часто входит в программу тренировочного процесса других видов спорта, где требуется иметь сильные ноги — фигурное катание, конькобежный спорт, велоспорт и пр.

Скоростная и силовая выносливость. Скорость движения руки с ракеткой — до 40 км/ч. Руки приобретают возможность совершать очень быстрые движения и при этом становятся сильными. Укрепляется и плечевой пояс.

В отличие от большого тенниса, в настольный можно играть в любом, даже самом преклонном возрасте. Человек долго остаётся в хорошей спортивной и физической форме. Способен надолго сохранить высокие двигательные и мыслительные способности.

Настольный теннис считается относительно бюджетным с точки зрения индивидуального набора инструментов игрока. Ракетка, мяч, лёгкая спортивная одежда, недорогой набор аксессуаров — вот и всё.



Основные направления деятельности Клуба настольного тенниса «Быстрый мяч».

1. Создание и бесперебойное функционирование спортзала с профессиональным оборудованием, способным обеспечить высокое качество игры:
 - установлены профессиональные столы Yasaka, DONIC, ANDRO;
 - используются теннисные ракетки и мячи с высокими ТХ, подходящие для игроков любого уровня;
 - специальное напольное покрытие GERFLOR TERRAFLEX не даёт игрокам скользить и обеспечивает комфорт;



2. Для юных спортсменов функционирует детская спортивная секция. В ней с детьми занимается профессиональный тренерский состав, который обучает принципам игры, раскрывает способности каждого ребёнка, учит секретным приёмам. Сегодня секция для детей и подростков – это физическое развитие, и увлекательное хобби среди сверстников, завтра – это уже база для профессиональных спортсменов, идущих к завоеванию чемпионских званий.

Методика тренировок разработана китайскими специалистами. Используется при подготовке китайских спортсменов – теннисистов, признанных лидеров в этом виде спорта на сегодняшний день.

Тренировочный процесс организован и контролируется тренером-экспертом из Китая. Данный специалист работает в Геленджике при непосредственной поддержке руководства Клуба «Быстрый мяч»..

Основные направления деятельности Клуба настольного тенниса «Быстрый мяч».

3. Организация индивидуальных тренировок для спортсменов высокого уровня игры – Спарринг. Проводятся с участием тренера Клуба, либо двух соперников. В поиске соперника для тренировки можно использовать сервис сайта Клуба - он поможет подобрать игрока, соответствующего вашему уровню.

4. Клуб организует и проводит любительские турниры по настольному теннису, где каждый может поучаствовать и проверить свои силы. При поддержке ФНТР проводятся турниры на федеральном и ином уровне.

5. Привлечение для работы в Клубе высокопрофессионального тренерского состава.



Особенности организации тренировочного процесса.

Кроме применения специализированной системы подготовки спортсменов, специальных техник и приёмов игры, в состав тренировочного процесса включены специальные методики предотвращения травматизма. Китайские специалисты культивируют данные методики, как науку. Укреплению здоровья спортсменов и недопущению возникновения у них различных спортивных травм уделяется особое внимание. Это особенно важно для подготовки юных спортсменов.

Как стать участником программ и мероприятий клуба.

1. Набором детей в возрасте от 6 лет и старше в спортивную секцию занимается Отдел развития. Вам достаточно позвонить специалисту Отдела по тел. 8 905 109 7788. С Вами согласуют встречу на территории Клуба, покажут тренировочную базу, ознакомят с условиями и правилами работы. Далее, заключат договор и определяют учебную группу, подберут удобное время и периодичность занятий.
2. Набор для участников групповых занятий более старшего возраста происходит аналогично п.1.
3. Для участия в процессе индивидуальных тренировок, спаррингов, турниров необходимо связаться с Дирекцией Клуба по тел. 8 988 671 2402.



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КЛУБ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА "Быстрый мяч"

Время работы: ежедневно с 9.00 до 21.00.

Адрес: Краснодарский край,
г. Геленджик, Крымская д.19, лит. Ж.



Контакты:

Отдел развития — тел. +7 905 109 7788
Дирекция клуба — тел. +7 988 671 2402

e-mail: tennisgel@mail.ru
<http://www.speed-ball.ru/>