

TROMBEN

Medlemstidning för Näsby Parks Tennisklubb, oktober 2013, nr 41



Dags för Stockholm Ladies

Elitseriespelet närmar sig

Sommarens resultat

Ordförandens krönika

Inbjudan till inomhus-KM

Sommaren på Näsaäng

Riflex Open

Magnus tränartips



Danske Bank Junior Trophy



NPTK:s Betty Ålander var snubblande nära att vinna Danske Bank Junior Trophy, men KLTk:s Hanna Wikberg blev till slut för svår i finalen.



Över 400 juniorer var med i tävlingen. Sveriges bästa 12-åring Gustaf Ström t.h. vann 12-årsklassen.

Danske Bank Pro-AM



Innan Danske Bank Veteran Cup arrangerades en Pro-AM för Danske Banks kunder. Ett stort tack till alla elitspelare som ställde upp och spelade!



När man inte spelade själv så följde man spelet från Danske Bank tältet. På banan var stämningen på topp!



Gladast var Mårten Jonsson och Erik Dahlin som vann A-klassen.

Danske Bank Veteran Cup



Sen var det dags för Danske Bank Veteran Cup som blev ett mycket lyckat arrangemang under Anders Björklunds ledning. Bäste Näsbyparkare blev Stefan Andersson som vann H 35 klassen. Han kom väl förberedd med Kroatienresan och Pro-Amen i ryggen!

Ordföranden har ordet



Ny säsong och nya möjligheter

”Näsby Parks tennisklubb är grymt bra! En av tränarna som kör med juniorerna har världsrankingpoäng. En annan tränare har landslagsuppdrag. Själv spelade jag på Näsa Äng i början av sommaren och på banan bredvid spelade Joel Åkerlund som vann SM-guld i pojkar 14.”

Kära medlemmar,

Ovanstående uttalande överhörde jag under Swedish Open i Båstad i somras. Jag har säkerligen inte fått med allting som sades och även övertolkat något men jag kan bara hålla med den person som uttalade sig.

Vi ska vara stolta över vår tennisklubb! Vi har någonting att erbjuda alla våra över 1 000 medlemmar. Jag återkommer nedan med ett antal av de aktiviteter vi kan erbjuda dig som vill spela tennis men även ni som bara vill tillbringa en stund i vår hall.

Vem är då jag?

Jag heter Joachim Haas och blev vald till ordförande i Näsby Parks Tennisklubb på höstens årsmöte. Jag har funnits med i klubben som förälder, styrelsemedlem och

supporter under drygt 10 år. Jag försöker också spela lite tennis men det har blivit alldeles för lite av den ”varan” och har som ambition att bättra mig på den punkten framöver.

Vad har vi då att vänta oss under hösten i klubben?

Förutom alla ordinarie aktiviteter, såsom juniorträning, vuxenträning, veteranträning, gruppspel, seriespel med mera så arrangerar vi också som vanligt Stockholm Ladies, en internationell damturnering med morgondagens stjärnor. Vi kommer också att arrangera ett antal elitseriematcher på herrsidan samt Div 1-matcher på damsidan. Kom gärna och titta och ”heja” på våra duktiga elitspelare. Jag lovar att ni kommer att bli imponerade!

Dessutom så ställer våra veteraner upp som chaufförer, våra yngre juniorer är bollkallar och de äldre juniorerna är linjedomare. Detta visar att vi är en klubb som ställer upp för varandra och att vi är helt beroende av ideella insatser.

Vår nya bananläggning

Jag vill också passa på att marknadsföra vår nya, fina bananläggning i hallen där ni som företag eller privatperson gärna får marknadsföra er själva eller ert företag genom att exponera er logotype på banan. Är ni intresserade av att synas här så tveka inte att kontakta undertecknad eller vår klubbchef Kenneth Bergbom. Vi är alltid intresserade av att hitta samarbeten med företag och privatpersoner med intressen i klubben. Har ni andra idéer om samarbeten så är vi alltid beredda att skraddarsy något som passar just ditt företag.

Jag önskar er alla en fin tennishöst och hoppas på att få se er i hallen under hösten!

Joachim Haas

Välkommen till Max i Arninge!

Vill du också testa hamburgerkedjan som har Sveriges mest nöjda kunder? Här kommer ett par rabattkuponger. Välkommen och smaklig måltid!



MAX®

Sveriges godaste hamburgare



Friscoburgare 25 kr

Ta med kupongen till Max i Arninge så får du köpa en Friscoburgare för endast 25 kr (ord 49 kr). Kan ej kombineras med andra erbjudanden. Välkommen!

MAX®

Sveriges godaste hamburgare



Valfritt mål 10 kr^{rabatt}

Ta med kupongen till Max i Arninge så får du 10 kr rabatt på valfritt mål. Gäller ej Maxbox, Minimål och Dagens lunch och kan ej kombineras med andra erbjudanden. Välkommen!

MAX®

Sveriges godaste hamburgare

Klubbchefen har ordet

Långsiktighet, breda satsningar och ändrat tonläge är vägen för svensk tennis!



Det är ingen hemlighet att Svensk tennis varit svältfödd på framgångar på elitsidan under senare år. När Robin Söderling försvann på grund av sjukdom så är det enbart Sofia Arvidsson, Johanna Larsson och vårt Fed Cup lag som syns på de stora scenerna.

För svensk tennis tog det onödigt många år att nå sjukdomsinsikt. Davis Cup laget och världens bästa dubbelspelare Jonas Björkman paketerades.

Efter att svensk tennis på olika nivåer insett att vi måste börja om så anser jag att det har hänt många positiva saker; 10-årsklasserna spelas med en mjukare boll, Play and Stay konceptet där man anpassar bollar och bana efter ålder och spelnivå har börjat användas i klubbarna, Vi har flera internationella tävlingar på hemmaplan, en ny tränarutbildning har introducerats. Rent resultatmässigt har det också börjat gå bättre. Bättre junior-EM resultat och fler killar och tjejer som börjar göra resultat på 10.000 dollars nivå är några exempel. Personligen är jag övertygad om att vi från klubb, region och förbund måste jobba långsiktigt och tillsammans om vi ska maximera vår verksamhet på olika plan.

Det finns naturligtvis mycket som återstår innan svensk tennis har nått den nivå vi vill.

Vi behöver få fler klubbar som försöker få fram duktiga spelare och, vi behöver stärka det ideella ledarskapet, bygga "hela klubbar", vi behöver stärka det långsiktiga arbetet på både klubb- region och förbunds nivå. En viktig del i det arbetet är naturligtvis att få ihop kedjan klubb – region och förbund, att stärka vi-känslan i svensk tennis. Om vi ska kunna göra det måste vi förändra tonläget. Om vi tycker olika i vissa frågor, måste vi kunna

diskutera det, tycka olika och sen gå ut ur rummet och respektera varandra. Exempelvis delar jag inte alls Fidde Rosengrens (som har fått en bra start i sitt arbete) åsikt om hur wildcarden till de svenska internationella tävlingarna ska användas. Men det behöver ju inte betyda att jag tycker att Fidde är "dum i huvudet"!

Idag tycker jag att det är lite för mycket grupperingar och "vi och dom" på olika nivåer.

Sen måste vi också bryta snacket om att alla är så dj-a dåliga, vem blir bättre av det? Dessutom är tennis världens största individuella sport. Är man bland de 500 bästa i världen är man en riktigt bra tennisspelare. Något som många av klubbens medlemmar upptäckte under den härliga finaldagen av Reflex Open. När Morgan Johansson hade matchboll mot Lukas Renard började den imponerade publiken applådera taktfast. Vi hade cirka 200 besökare under finaldagen!

En annan tendens som måste brytas är f.d. spelare som blir tränare utan att gå någon utbildning. Det tycker jag gäller även spelare som varit topp 100 i världen och definitivt de spelare som i bästa fall haft några ATP-poäng som idag kliver in i rollen som anställda tränare. Obegripligt att klubbledningar inte förstår att tränarrollen består av så mycket mer än en forehand! Dessutom är det många spelare som inte har en aning om hur de själva spelat.

Vi har haft en intensiv och härlig sommar där vädergudarna varit på vår sida. Mycket av det skildras i tidningen. Men jag vill passa på att **tacka personalen och alla ideella eldsjälar** som tillsammans har sett till att vi kunna arrangera interna och externa tävlingar, sommarläger, drop-in aktiviteter, tagit hand om våra anläggningar och sist men inte minst sett till till att vi haft Stockholms trevligaste tenniscafé.

Inomhussäsongen är i full gång med nymålade banor och omklädningsrum. Bortsett från alla aktiviteter där man spelar själv så bjuder vi på en hel del ögongodis i höst.

Stockholm Ladies är ett härligt inslag i höstmörkret. Under vecka 44 kommer 15-20 nationers spelare för att jaga viktiga världsrankingpoäng. Ta chansen att titta på nästa blivande världsstjärna!

Strax därefter är det dags för herrarnas elitseriespel och damernas division 1 spel.

Sen siktar vi på nytt deltagarrekord i inomhus-KM!

Vi ses i tennishallen!

Kenneth

Tävlingsveteranernas sommar resultat.

Sommaren innebär som vanligt flitigt tävlande för många av klubbens duktiga veteraner.

Förutom seriespel, deltar många av klubbens veteraner i externa tävlingar med framgångsrika resultat som följd.

Tävlings säsongen inleds oftast i Åkersbergas Veteranträff, som i år hade 3 NPTK:are som segrare, Stefan Andersson/H35 och Anders Svensson/H65 och Jan Dahlgvist/H70.

Nedan följer en kortfattad resumé över sommarens individuella resultat.

Veteran SM i Båstad

Anders Björklund vann i år 2 dubbelklasser i VSM, HD60 tillsammans med Göran Zwahlen/Trollbäcken och MD55 med Edith Nordin/Salk.

Resultat VRM, Huddinge

Veteran RM i Huddinge var i år väldigt framgångsrikt, med segrare i 3 singel och 2 dubbelklasser:

H55, 1:a Jan Rydegran

H65, 1:a Anders Svensson

H70, 1:a Börje Skånberg

HD55, 1:a Jan Rydegran tillsammans med Anders Almqvist/Lidingö

MD 40, 1:a Fredrik Ahlgvist tillsammans med Astrid Olbers/Sundbyberg

Väsbyspelen

Segrare i år blev Stefan Andersson/H35 och Anders Svensson/H65.

NPTK är väl representerade i det allsvenska seriesystemet utomhus, herrlag i H35, H45, H55, H65.

H35 som spelar i högsta divisionen, hade avgörande match mot Uppsala om slutsegern, men fick tyvärr ge sig. En mycket bra 2:a plats ger mersmak inför inomhussäsongen.



Markus Hagstrand och Ulf Persson gick igenom H 35 spelet obesegrade.

H45 som "nystartade" seriespelet utomhus igen med spel i lägsta divisionen, har börjat klättringen uppåt. Ohotad serieseger med en bred spelartrupp, kan även de ge förhoppningar inför inomhusspelet. NPTK bör även här ha ett H45-lag i de högre divisionerna.



Glada seriesegare fr.v. Fredrik Hägglund, Johan Regné, Jonas Bonn och Fredrik Ahlgvist. På bilden saknas Klas Norlin.

H55 spelade också i högsta serien. En mycket tuff utmaning, som tyvärr slutade med en sista plats i en mycket jämn serie. Laget spelade 3 oavgjorda matcher, en seger i någon av dessa kunde inneburit fortsatt spel i division 1 nästa säsong.

H65, laget som har förmånen att spela sina matcher då vädret oftast är som bäst, dagtid måndag-fredag, kom på en tredje plats. I laget spelar två av Sveriges starkaste 70-åringar, Börje Skånberg och Jan Dahlgvist.

Vi finns i Täby Centrum

Täby Centrum, entré E, trapphus 1
eller ring 08-503 200 20.
www.danskebank.se

Danske Bank

Livet på Näsaäng 2013 – vi lägger en solbeprydd sommar till handlingarna!



Lördags tennisen spelades under strålande väder hela sommaren.

När jag tänker tillbaka på fjolåret minns jag hur jag i snitt var tredje/fjärde dag fick ta fram svamparna och göra mitt yttersta för att rädda våra vackra Näsaängsbanor från vätan som mellan varven öste ner från den molntäckta himlen. Denna sommar har det glädjande nog varit raka motsatsen. På de drygt 150 dagar Näsaäng varit öppet denna säsong har jag bara vid ett enda tillfälle fått ta till svamparna. Som ni förstår har förutsättningarna för att spela tennis varit extremt gynnsamma. Något som också speglar antalet strötimmor, spelare i drop-in aktiviteter, deltagare i KM, etc. Här nedan kommer en sammanfattning av sommaren på Näsaäng.

Cafeterian och anläggningen:

Cafeterian har i vanlig ordning drivits helt fantastiskt av Lena Olsson och Gunilla Lindgren under sommaren. Tillsammans med ett antal andra arbetande tjejer har de varit helt strålande och underlättat arbetet för undertecknad något kopiöst. Tack vare deras ideella jobb har Näsaängscaféet blivit en högst populär anhalt för både tennisspelare och strandbesökare. Allt ifrån nybakat till fräscha luncher och smoothies har kunnat avnjutas under sommaren. Tjejerna har även varit till fantastisk hjälp när det har vankats lunch- och middagstennis. Tusen tack för ert otroliga jobb!

När det gäller anläggningen så har vi under sensommaren fått kantsten längs grusuppfarten på Näsaäng. Lasse Björklund

och Micki Zanderhar fixat och donat lite smått med omklädningsrummen i vanlig ordning. Elementen har målats och en del fönster och dörrar har fixats i klubbhuset. Vi har fått nya domarstolar till bana 1 och 2. Jag har dessutom målat en minitennisbana bredvid bollplanket vilket blev en riktig succé. Kön till att få spela på minitennisbanan har i princip varit längre än kön till huvudattraktionen "Fritt fall" på Gröna Lund, vilket säger en del!

Vuxenkursavslutning + läger:

I början av sommaren anordnades vuxenkursavslutningen som glädjande nog kunde hållas utomhus detta år. Vi var totalt 25 stycken spelare ur klubbens vuxenkursverksamhet som under två timmar tid spelade blixtdubblar med mixade med- och motspelare. Något som blev väldigt lyckat och uppskattades av i princip alla. Tack till Johanna Olsson, Millis Heimklo och Krister Lundin som hjälpte mig att hålla ställningarna under kvällen.

Under ett par utvalda kvällar i juni höll vi också i träning för de som ingår i våra vuxenkurser. Två timmars svett, skratt och jagande efter den gula lilla bollen är aldrig fel.

Lite senare i juli månad anordnade Björn tillsammans med ett antal andra tränare ett läger för både juniorer och vuxna. Totalt 12 stycken vuxna spelade 2 timmar per dag 4 dagar i sträck. Läggret är mycket uppskattat både rent tennismässigt och socialt. Under den avslutande kvällen anordnades en bankett med mat, dryck och trevligt sällskap.



Carina Grauers och Yasmine Ekman-Munir tillsammans med tränare Millis Heimklo under en av intensivkvällarna.

Lunchtennis och drop-in aktiviteter:

Under de flesta onsdagar mellan kl 12-14 har vi precis som under fjolåret haft lunchtennis med 1,5 timmes intensivträning följt av lunch tillagad av tjejerna i cafeterian. Detta har riktat sig till alla medlemmar i klubben och har precis som förra året blivit en succé. Tack till Millis Heimklo och Kalle Bokvist som varit hjälptränare.

Under middagstennisen på torsdagar har vi spelat blixtdubblar under två timmar och därefter grillat. Totalt har 28 spelare varit med under sommaren och vinnare i sluttabellen blev **Jörgen Olsson**. **Magnus Westerberg** tog hem lördagstennisen. **Lars Björklund** visade sig vara mest morgonpigga under frukosttennisen och **Annika Markesjö** drog det längsta strået i damtennisen på söndagar. Grattis!

Klubbmästerskapen:



Finalisterna Angervalls och Söderbloms ser nöjda ut allihopa! Vilka som vann ser du i KM-tabellen.

KM-veckorna var i år flyttade en vecka framåt vilket gjorde att fler hade kommit hem från semestern och på så sätt kunde delta. 122 deltagare och totalt 164 starter innebar återigen ett nytt rekord-KM med fler matcher än tidigare. Årets bragd gick till **Johan Taxén** och **Johan Wänlund**. **Svetlan Stoev** fick **Fair play-priset** tack vare sitt föredömliga sportsmanship och **Ajay Vadher** vann **Svettdroppen** efter totalt 199 spelade games under turneringen. De två högst intensiva KM-veckorna avslutades i sedvanlig ordning med en väldigt lyckad KM-fest på finalkvällen där

över 60 personer åt, drack och hade trevligt tillsammans. KM i **sten, sax, påse** har blivit en prestigeladdad tradition. I år var **Alexander Ullbin** starkare än alla de övriga 31 deltagarna.

I den bifogade tabellen kan ni se samtliga finalresultat ifrån årets klubbmästerskap på Näsääng.



Hampus Hägglund t.v. drog det längsta strået i PS 10 finalen mot Samuel Westerberg.



Det var Harald Fries t.h. som vann finalen mot Ulf Ek även om Ulfs pokal ser större ut!

Km-tabellen se nästa sida

Finalresultat KM utomhus

Klass	Spelare	Resultat
HSA	Axel Fries – Björn Sahlin	2-6, 6-4, 6-1
HSB	Marcus Fogel – Fredrik Engervall	6-0, 6-0
HSC	Alfred Bornefalk – Timo Natri	7-6, 6-4
DSAB	Viktoria Turina – Mona Zätestam	6-0, 6-2
DSC	Pia Jäger – Eva Berglund	6-0, 6-1
H45	Magnus Söderblom – Rickard Ullbin	6-1, 6-1
H55	Harald Fries – Ulf Ek	6-0, 6-2
H65	Anders Svensson – Börje Skånberg	6-4, 2-6 6-4
H70	Lars Björklund – Dag Lundqvist	6-2, 6-2
HDA	Jeremias Andersson/Joseph Obidiegwu – Björn Sahlin/Fredrik Rogersten	6-3, 2-6, 10-4
HDB	Rickard Ullbin/Mikael Hasslegren – Jens Nielsen/Martin Lerby	6-2, 6-0
DD	Pia Jäger/Verena Adamheit – Lovisa Schalin/Lotta Nerblad	6-0, 6-3
HD65	Lars Björklund/Peter Hässler – Dag Lundqvist/Melcher Falkenberg	6-0, 6-1
MD	Ulrich Adamheit/Verena Adamheit – Krister Lundin/Anna Hällöv	7-6, 6-3
GD	Adrian Angervall/Mikael Angervall – Fredrik Söderblom/Magnus Söderblom	6-3, 3-6, 10-5
P12	Adrian Angervall – Vilhelm Bornefalk	6-3, 6-2
F12	Paula Croniér – Julia Thorén	4-6, 6-1, 7-5
P10	Hampus Hägglund – Samuel Westerberg	7-5, 6-3
F10	Clara Giertz – Sara Schalin	6-3, 4-6, 7-5
Extrapriser		
Svett-droppe n	Ajay Vadher	199 games
Fair play	Svetlan Stoev	
Årets bragd	Johan Taxén/Johan Wänlund	
SSP-KM	Alexander Ullbin	

Slutligen vill jag bara tacka alla som på ett eller annat sätt bidragit till att detta verkligen blivit en kanonsommar på Näsaäng! Ni är alla grymma!

Todd Åkesson



Några få platser kvar i höstens vuxenkurser!

Först till kvarn gäller!

Vi har nu endast ett fåtal lediga platser kvar i våra vuxenkurser till hösten. Passa på att ha roligt, lära dig tennis och motionera innan jobbet.

Snabb info om våra vuxenkurser:

Man är 4st i en grupp + en tränare och spelar på en utsatt tid i veckan. På hösten brukar det vara ca 16 tillfällen och på våren runt 20. Kostnaden ligger på 200kr/tillfälle, detta faktureras två gånger/termin. Man binder i och med sin anmälan upp sig för hela terminen, dvs att man inte kan hoppa av mitt under terminen..

Notera att det är först till kvarn som gäller

Lediga tider:

Måndag	7-8
Måndag	8-9
Tisdag	10.30 – 11.30
Onsdag	8-9
Torsdag	8-9
Fredag	7-8
Fredag	8-9
Fredag	10-11

Som ni ser är det nu endast i de nystartade morgongrupporna det finns platser då vi har fullt på kvällar och helger i nuläget. Är ni flera stycken som är intresserade så kan ni höra av er om den tid ni är intresserade av så kan jag se om det finns flera platser lediga där. Just nu Du skickar in din anmälan till todd@nptk.se

Todd

Dina tänder – vår konst!



- TANDREGLERING
- Allmäntandvård
- Barntandvård
- Estetisk tandvård

Varmt välkommen för tandvård i privat regi,
där tandläkare, tandhygienister och specialisttandläkare
finns under samma tak!

Öppet alla dagar: Måndag – Söndag

08-758 50 40

Tandläkargruppen
Täby Centrum

Du hittar oss på plan 6 i TÄBY C (rulltrappan upp vid Systembolaget,
vi finns i samma hus som Studio Ava och Memira Ögonlaser



www.tandlakargruppentaby.se

TENNISFESTER I TENNISHALLEN!!!

SPELSHEMA STOCKHOLM LADIES

Spelstart kl.12.00 samtliga dagar utom den 27/10, då börjar matcherna kl. 10.

Datum	Omgång
Sö 27/10	Kvalet börjar
Må 28/10	Kvalfinaler
Ti 29/10	1:a omgången i singel o dubbel
On 3/10	1:a omgången i singel o dubbel
To 31/10	2:a omgången i singel o kvartsfinaler i dubbel
Fr 1/11	Kvartsfinaler i singel o semifinaler i dubbel
Lö 2/11	Semifinaler i singel o final dubbel
Sö 3/11	Final i singel

STOCKHOLM LADIES O ELITSERIEN LJUS I HÖSTMÖRKRET!

Sofia Arvidsson och Michaela Krajicek har vunnit Stockholm Ladies. Bägge har också varit rankade topp 30 i världen.

Johanna Larsson, vann Stockholm Ladies för fem år sedan. Idag är Johanna etablerad på WTA-touren. 2011 års segrare tyskan Antonia Lottner var andraseedad i Franska Mästerskapens juniorklass och rankad som världens näst bästa junior i somras.

Tävlingen brukar samla deltagare från cirka 20 nationer och det är alltid lika spännande att se om det finns några nya potentiella damstjärnor.

Får vi se en ny stjärna födas i år?

I år arrangerar vi Stockholm Ladies för fjortonde året i rad. 10 000 dollars tävlingen har blivit en tradition och ett kul inslag i höstmörkret. Det är många medlemmar som tagit chansen att titta på internationell damtennis de senaste åren. Det är alltid kul att gå omkring på läktaren och leta upp framtidens stjärnor.

Förstaseedad i årets tävling är just nu tjeckiskan Katarina Vankova. Vankova är 24 år och rankad 269 i världen. Hon har bland annat varit i final i en 25.000 dollarstävling och besegrat flera spelare rankade topp 200 under året.

En annan spelare att bevaka under tävlingen är tyskan Lena Marie Hofmann som har ett

mycket bra år bakom sig. Vinst i en 15 000 dollars, final i en 25 000 dollarstävling, kryddat med två vinster mot spelare topp 200, innebär att hon tillhör favoriterna i årets tävling.



Hilda Melander KLTK, är en härlig fighter som utvecklas hela tiden. Hilda som under året representerat Sverige i Fed Cup är f.n. rankad 469 i världen. Hilda har vunnit en 10 000 dollars och gått till kvarten i en 25:a under året.



En annan spännande start görs av det 18-åriga jättelöftet Rebecca Peterson. Järfällatjejen är klar Sverigeetta i sin åldersklass och har även hunnit visa att hon duger internationellt. Vinst mot Julia Cohen 138 i världen, vinst i en 10:a och kvartsfinal i en 25:a är några av meriterna i år. Rebecca är rankad 466 i världen.



NPTK:s Anette Munozova har ett suveränt år bakom sig. Anette vann vintertouren och har vunnit flera tävlingar på den svenska sommar- och vintertouren. Hon har börjat vinna mer internationellt och har när detta skrivs precis kvalat in och vunnit mot en spelare som varit topp 300 i världen i en 25.000 dollars turnering i Mexico. Sedan förlorade Anette mot slutsegraren Indy de Vroome i tre set. För övrigt det enda setet som holländskan förlorade i turneringen!. Anette går in i huvudtävlingen onsdagen den 30/10.

HERRARNAS OCH DAMERNAS SERIESPEL



När detta skrivs så är två av klubbens nyckelspelare i A-lagen, Anette Munozova och Christoffer Solberg i Mexico resp. Israel och spelar.

Den 8/11 går startskottet till en oerhört intensiv seriemånad! Herrarna ska spela elitserien och damerna ska spela förbundsserien och därmed försöka ta sig tillbaka till elitserien. Herrlaget ska avverka nio matcher under en månads tid och damerna sju! Den som gillar att se på serietennis får sitt lystmäte.



Herrarnas förstasingel Magnus Öhrvall in action

Herrlagets trupp ser ut enligt följande: Magnus Öhrvall, Robin Brage, Christoffer Solberg, Mikael Ekman, Bobo Delemark, Anton Waern, Ali Chaudhry, Anil Yuksel, Stefan Milenkovic och Angelos Lenis.

Vi har ett starkare lag än någon gång tidigare och en perfekt mix av ungdom och rutin.

Nytt för året är att poolerna är bortplockade och att det istället spelas en rak serie med 10 lag. 1.an och 2.an spelar en final, 7:an och 8:an kvalar mot segrarna i div.1 och 9:an och 10:an degraderas till div.1. Känslan är att inget lag går helt säkert mot den här NPTK-upplagan.

Nytt för året är också att matcherna kommer att inledas med två stekheta dubblar vilket ger ett lite nytt taktiskt tänk eftersom alla spelare rent fysiskt inte klarar av att spela både singel och dubbel i match efter match.

Damernas trupp lyder så här: Anette Munozova, Enni Zander, Betty Ålander, Elsa Melander, Angela Rössler, Jennie Brobeck samt vår joker Hedda Ödegaard.

Div 1 brukar kunna vara ett getingbo med många jämna matcher och det är svårt att uttala en målsättning. Med spelare som Ebba Undén och Johanna Olsson i USA öppnas det upp för våra yngre spelare och det ska bli intressant att se hur de står sig i Div.1-konkurrens.

Reservera följande datum!

8/11	H	GLTK-NPTK
9/11	D	SALK 2-NPTK
10/11	H	UTK-NPTK
10/11	D	VFTK-NPTK
15/11	H	NPTK-Höllviken
17/11	H	KLTK-NPTK
20/11	D	NPTK-Uppsala TK
22/11	H	Fair Play TK-NPTK
23/11	D	Trollbäcken TK-NPTK
24/11	H	NPTK- Lidköpings TK
24/11	D	Mälarhöjden- NPTK
27/11	H	NPTK-SALK
30/11	D	Djursholms TK- NPTK
1/12	D	Järfälla TS- NPTK
6/12	H	Båstad/Göta – NPTK
8/12	H	NPTK- Helsingborg

Anm. Fet stil = matcher som spelas på hemmaplan.

Väl mött i tennishallarna!

Stefan

Hyr din lokal bekymmersfritt av oss!

Tre stycken lokaler belägna i Roslagens attraktivaste industriområde, Görla i Norrtälje, som ligger vid Kapelskärsvägen & E18.

Gäddvägen 13

Lager/produktionslokal med kontorsdel

Yta: 495m²

Hyra: Offereras

Tillträde: Efter överenskommelse

Takhöjd: 6 meter

Lokalen passar utmärkt till verkstad, produktion, butik, lager mm.



Gösvägen 28

Lagerlokal

Yta: 765-950m²

Hyra: Offereras

Tillträde: Efter överenskommelse

Takhöjd: 4 meter

Fin verkstadslokal med kontorsdel, fikarum, omklädningsrum, toaletter, samt spolränna för fordon. Golvvärme i hela lokalen.



Gösvägen 28

Höglager/verkstadslokal

Yta: 1200m²

Hyra: Offereras

Tillträde: Efter överenskommelse

Takhöjd: 8,2 meter

Lagret har en stor port som är 4,5 meter hög och 4 meter bred. Lokalen passar bra till lager, verkstad mm.



Nu kan du få personlig träning i NPTK-hallen!



Jesper Skaneby tillsammans med Enni Zander. Enni är en av många juniorer som tränar tillsammans med Jesper.

Från och med i höst driver Jesper Skaneby sitt nystartade företag FramtidsFys i klubbens gym. Jesper har under terminsstarten rustat upp gymmet ordentligt och är nu i full gång med sin verksamhet. Jesper, har tillsammans med Omni4 där han tidigare jobbade, tränat många av klubbens tävlingsjuniorer men även jobbat med andra medlemmar. Numer behöver du alltså inte åka in till stan för att träna med Jesper, utan han finns tillgänglig i tennishallen!

Jesper Skaneby, som bland annat varit landslagsman och EM-bronsmedaljör i taekwondo, har i grunden en akademisk utbildning som idrottsvetare och har arbetat med talangutveckling och elitsatsningar både under Svenska Olympiska Kommittén och på internationell nivå.

Hur kan du förbättra din tennis och prestation med kompletterande fysisk träning?

– Med sunt förnuft är det enkelt att förstå att det finns en större chans till utveckling om man bara får hålla sig hel och frisk men frågan man då kan ställa är ju om det inte räcker det då inte med att spela tennis och springa några dagar i veckan?

– Skillnaden på vilka övningar och vilka träningsformer man väljer är helt avgörande för din framtidsfys, säger Jesper.

Jesper själv och många andra som jobbat med honom garanterar att det är en väldig skillnad på att gå hos en personlig tränare hos någon av de större gymkedjorna jämfört med att jobba med honom.

Men hur viktigt är det då att bli starkare i benen för en tennisspelare?

– Styrka är relativt och har bara sina fördelar om det inte är på bekostnad av rörlighet och det är här utmaningen kommer in, hur förbättrar du din kropp på ett balanserat sätt? Idag finns det mängder av information på internet, svårigheten idag är att välja rätt och utföra övningen på rätt sätt. På samma sätt som en doktor har ett högt allmänskunnande om sjukdomar och botemedel har en idrottsvetare en bred kompetens inom prestationsidrott. Min filosofi handlar om kroppsmedvetenhet, träningsförståelse och grundatletism, en form av metodik där du utvecklar din maxstyrka, motorik och rörlighet på ett balanserat sätt, allt med kroppen som verktyg, berättar Jesper.



Lena Olsson under ett träningspass med Jesper. Lena är en av flera äldre medlemmar som redan tränat med Jesper.

Du som har för avsikt att förbättra din fysik är varmt välkommen att höra av dig till Jesper. Oavsett om du vill träna för att bli en bättre tennisspelare eller om du bara vill må bättre ur en ren hälsoaspekt.

Jesper Skaneby – Framtidsfys

072-222 19 31

jesper@framtidfys.se

www.framtidfys.se

(Hemsidan snart klar)

FIRA HÖSTEN MED FÄRG!



VACKRA VÄGGAR!

Ge dig själv och ditt hem en skön start på hösten. Hos oss hittar du ett stort sortiment Lady inomhusfärger från Jotun. Upptäck även Lady Supreme Finish – färgen som ger dina snickerier en vacker yta. Välkommen in till oss för idéer och inspiration!



Rabattcheck!
**HANDLA JOTUN
LADY FÖR MINST
500:- OCH FÅ
100:- RABATT!**
Ta med rabattchecken till butiken!
Gäller t o m 31/12 2013.



Din idé – vår design!

TÄBY: Fogdevägen 4. Tel: 08-768 37 61.
OBS! Nya öppettider: Vard 9–19. (Proffsbutiken 6.30–16,
entré baksidan.) Lörd 9.30–17. Sön 11–17. www.tabyfarg.se

**Nordsjö Idé & Design
Täby Färg & Tapet**

Elisabeths hörna!

Helt otroligt att få ta del av den spelglädje, den aktivitet och sprudlande tennisiver som fullständigt "bubblade över" på Näsaäng denna heta sommar. Massor av tennis med glada, spelsugna, matchivrige, lyhörda, trötta och törstiga små och större hjältar har glatt oss tränare denna härliga sommar. Tack till alla tränare, elever och cafépersonal som gör lägerveckorna till fantastiska dagar.



Nästan 200 ungdomar deltog i årets sommarläger!

Näsbyrads tennislekis och tennisskola.

I stora drag följer vi konceptet "Play & Stay", som är en stor satsning från Svenska Tennisförbundet.

Det hela går ut på att anpassa bollar, banstorlek och rack till spelarna och på så sätt göra det möjligt att "spela tennis" redan från början. Med anpassad utrustning är det lättare att hålla bollen i spel och man kan snabbt börja räkna poäng.

Förbundet har tagit fram tre olika sorters bollar som är anpassad till olika åldrar. Den mjuka bollen som vi använder i tennislekis för barn som är mellan 5-6 år. Nästa steg är den gul/orange bollen som passar bra till åldrarna 5-7 år och den tredje bollen som har grön text och är steget innan man går vidare till riktig boll och är lämplig för åldrarna 7-9 år.

Bollarna anpassas efter banans storlek, rätt boll och bana efter barnens ålder, storlek och armstyrka. All inlärning av teknik kommer att kännas enkel att ta till sig och leken blir en viktig del i undervisningen. "Alla lär sig leka riktig tennis"!

Åva gymnasium – Tennisgymnasium i region Stockholms och NPTK:s regi.



Tennisgymnasiegänget efter ett träningspass. Den här dagen var Jennie Brobeck och Ulf Zacharias med och sparrade.

Efter att vårt förra samarbetsgymnasium Mörby hastigt och mindre lustigt lades ner i slutet av vårterminen påbörjades jätteprojektet att hitta en ny skola att driva tennisgymnasiet i. Efter stenhårt arbete från klubbchefen kunde vi i augusti inleda ett samarbete med Åva Gymnasium. Åva har ett gott akademiskt rykte och ligger också rent geografiskt bra till. För oss som tennisklubb är den här typen av samarbete otroligt viktigt då det gäller att erbjuda våra och regionens duktiga och ambitiösa juniorer konkurrenskraftiga träningsmöjligheter.

Eleverna som går tennislinjen spelar tennis tisdag-torsdag 08.00-09.30 utöver sin ordinarie träning på eftermiddagarna.

Följande elever går på Åva:

Jesper Åkerlund	åk 1
Axel Fries	åk 1
Daniel Hammarstedt	åk 1
Maria Chun	åk 1
Betty Ålander	åk 1
Simon Bergbom	åk 3

Stefan

SEB Karlskrona Open



Så här roligt tyckte Adrian Angervall och Vilhelm Bornefalk det var att vinna dubbelklassen!

Under sommaren anordnades en tävlings- och träningsresa till SEB Karlskrona Open. Med på resan åkte femton hungriga juniorer, en senior som jagade plats i sommartourslutspelet och ledaren Magnus Öhrvall. Första kvällen öppnades det med matchspelsutbyte mot hemmaklubben Karlskrona TK. Alla spelare fick spela minst två matcher var och efter en avgörande sista match så lyckades vi ta hem segern med minsta möjliga marginal!

Alla bodde gemensamt i Karlskrona tennishall bara några fåtal meter från utebanorna och det var verkligen perfekt ur alla synpunkter. Alla spelare kunde bo tillsammans vilket skapade en väldigt bra stämning i gruppen. Det underlättade med skjuts mellan boende och banor och sen gjorde det att kostnaderna blev väldigt låga för spelarna. Juniorerna fick även frågan sista kvällen om de hellre velat bo på hotell eller i hallen och svaret blev ett samstämmigt; tennishallen!

Under veckan i Karlskrona blev det många lärorika matcher för Näsbyringsgruppen. Alla spelare var med i minst två klasser så man var garanterad flera matcher. Bästa resultatet under veckan blev en turneringsvinst i pojkdubbel 12 där Adrian Angevall och Vilhelm Bornefalk stod som segrare! Anette Munozova var också långt framme i damsingel elit men fick tyvärr ge sig i semifinal mot Louise Brunskog. Även Magnus gjorde ett inhopp i herrarnas elitklass och vann tre matcher men

förlorade finalen mot duktige hemmaspelaren Gustav Hansson.

Andra aktiviteter som även utgjorde del av resan var spel på minitennisbanorna, provspel på Karlskronas gräsbanor, fotbollsmatcher på gräsplanerna intill tennishallen och besök på glaciären där man serverade Sveriges största kulglassar!?

Sista kvällen efter middagen så höll Magnus och Anette en teorilektion om förberedelser före tennismatch med reflektioner som uppkommit under veckan i allt från att äta i rätt tid före match, att inte sitta i solen hela dagen före match och att inte spela fotboll eller minitennis flera timmar innan match.



På bilden sitter stora delar av gruppen och hejar fram vår spelare.

Sammanfattningen på resan blev mycket positiv. Alla spelare visade bra inställning och det var en väldigt go stämning i gruppen. Förhoppningen är att göra en liknande resa nästa sommar!

Magnus Öhrvall

VOLKSWAGEN NÄR DET ÄR SOM BÄST! NYA GOLF & PASSAT VARIANT PREMIUM R

Passat Variant TDI 170 DSG 4MOTION

R-Line paket: logotype i grill, fälgar Mallory 17 tum, tröskelbreddare, takkantspoiler, stötfångare i R-stil, svartlackerad diffusor bak, sportchassi, mörk-tonade rutor, sportstolar Silver-sprint. Draggpaket: Utfällbar dragkrok, backkamera och Radio RCD 510. Premiumpaket: Bi-xenonstrålkastare med dynamiskt kurvlyjus, dimstrålkastare fram med statiskt kurvlyjus, läderklädsel, parkeringssensorer fram/bak samt bakljus med LED-teknik m.m.

Från **329.900 kr**



Golf är modellen som har fått en hel storleksklass uppkallad efter sig. Hög säkerhetsnivå, innovativ teknik och mycket god bränsleekonomi är självklarheter. Nya Golf är dessutom ännu rymligare och mer välutrustad än du sett den tidigare.

Välkommen in och provkör!

Nya Golf från **169.900 kr**

I Masterspaketet ingår Adaptiv farthållare inkl. Front Assist och City Emergency Brake.



Köp till Masterspaketet för 13.500 kr
(Ordinarie pris 24.900 kr.)

Innehåller: Komfortstolar, 16 tums lättmetallfälgar, Radio Composition Media, Bluetooth® handsfree, Multifunktionsratt i läder, Adaptiv farthållare (ACC) inklusive Front Assist och City Emergency Brake, 4 dörrar med elhissar fram/bak.

"Golf är helt enkelt bäst!"

Robert Collin, Aftonbladet Bil nr. 8, 2012



iPhone/Android
Se alla våra aktuella erbjudanden snabbt genom att scanna QR-koden.



Volkswagen Stockholm

Volkswagen Stockholm

Öppettider Måndag-Fredag 09.00-18.00, Lördag-Söndag 11.00-15.00.
(Täby och Akalla öppet lördag 11.00-16.00). Telefon 08-503 332 00.

Akalla
Malaxgatan 2

Södertälje
Forskargatan 13

Bromma
Ullsundavägen 120-132

Sätra (Service)
Murmästarvägen 45A

Hammarby Sjästad
Hammarby Fabriksväg 45

Täby
G:ra Norrtäljevägen 105-107

VI FÖRSÄKRAR
FRÅN 155 KR/MÅN
Volkswagen Försäkring

24TIMMARS
SERVICEGARANTI

Boulangerie Blue

-DET BLÅ BAGERIET-



SIMPLY CLEVER

ŠKODA



SISTA CHANSEN!



SPARA 42.500 KR

ŠKODA Octavia Combi 105 Drivers Edition fr. 199.900 kr

- › CD-växlare med touchscreen › Sportavgasrör › Bakluckespoiler › Takrails
- › Tonade rutor › Bluetooth handsfree › 16" alufälgar › Eluppvärmt baksäte
- › Coming/leaving home lights › Xenon samt parkerings-sensor bak.

Prislån: 1.999 kr/mån. Leasing: 1.374 kr/mån. Förmånsvärde: 1.538 kr/mån.

ŠKODA Finansiering 36 mån, 30 % kontant eller särskild leasingavgift, 41 % restskuld 50 % restvärde, rörlig ränta baserad på STIBOR 90 dagar (eff. rta 5,62-5,74%), leasing exkl. moms. Förmånsvärde netto/mån vid 50 % marginalskatt. Bilarna på bilden kan vara extrautrustade.

ŠKODA Stockholm
www.skodastockholm.se

BROMMA: Ulvsundavägen 118-132. Tel. 08 503 339 33. Vard. 9-18, Lör-Sön 11-15
SÄTRA: Murråstervägen 37. Tel. 08 503 339 01. Vard. 9-18, Lör-Sön 11-15
TÅBY: Enhagsvägen 1. Tel 08 503 339 27. Vard. 9-18, Lör 11-16, Sön stängt
SÖDERTÄLJE: Forskargatan 15. Tel 08 779 339 25. Vard. 9-18, Lör 11-15, Sön stängt

Köp miljöklassade Fabia eller Octavia innan årskiftet och du garanteras statens miljöbilspremie på 5 år fri bilskatt, innan den upphör.

SPARA FR. 18.300 KR

ŠKODA Fabia/Combi Elegance TSI 86 fr. 129.900 kr

- › Farthållare › Mittarmstöd fram › 15" alufälgar › 8 högtalare › Maxi Dot info-display
- › Elhissar fram/bak › Eluppvärmda ytterbackspeglar samt CD-Radio.
- › Köp till Pluspaket för 3.300 kr: Climatronic › Kurvdimljus › Parkeringssensor

RÄNTA*
4,25%



Prislån: 1.299 kr/mån*. Leasing: 1.214 kr/mån. Förmånsvärde: 1.197 kr/mån

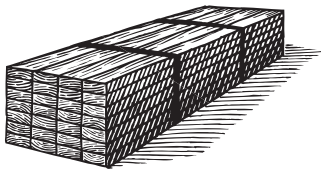
Bränsel bl. körning: Octavia från 4,5 l/100 km, CO2 från 119 g/km. Fabia 5,2 l/100km CO2 från 119 g/km.



Gilla oss på Facebook!
facebook.com/skodastockholm



Av det rätta virket



Lars Lieberg har varit min partner i många dubbelmatcher i Uplandstouren. Vid analysen efter matcherna har vi många gånger konstaterat att vi, liksom de flesta av våra lagkamrater, skulle behöva en tennisbok som behandlade ämnet "hur gör man för att behålla det vinnande spelet även på äldre dagar". Innehållet skulle ge konkreta svar på hur man på bästa sätt löser alla de tekniska och taktiska problem som uppstår under en tävlingsmatch.

Vi konstaterade att det inom laget förmodligen inte fanns några bättre lämpade personer att skriva denna efterlängttade bok än vi själva. Därför startade Lars och jag ett omfattande researcharbete där vi studerade spelet både under träning och tävling. Under årens lopp har vi livligt diskuterat bokens tänkta innehåll med nästan alla spelarna som ingår i NPTK:s lag på Touren. Synpunkterna har vi tacksamt noterat och arkiverat för att använda i manusarbetet. I år skriver vi 2013 och det känns litet trist att konstatera att manuset fortfarande endast består av en mening, nämligen bokens titel: "Av det rätta virket". Under vissa perioder har vi dessutom varit tveksamma till om den titeln verkligen är bra. En del läsare brukar ju avstå från att läsa en bra och spännande bok om titeln ger fel associationer. Man kan ju tro att boken är utgiven av Svenska Sågverksföreningen eller Bygg-Max. I själva verket har bokens namn anknytning till den verksamhet som bedrivs inom NASA, den nordamerikanska rymdstyrelsen. Men frågar sig vän av ordning, vad har NPTK:s verksamhet för likhet med den som NASA sysslar med?

NASA utbildar astronauter som skall kunna högre prestera under stark press och det är just det som NPTK:s äldre veteraner också måste

kunna göra för att vinna de avgörande supertiebreaken på Uplandstouren. I bägge fallen gäller det alltså att hitta kvinnor och män "av det rätta virket". Nåväl, vi fick alltså starta ännu en upplaga av Uplandstouren utan hjälp av den planerade handboken.

Resultatet av vårsäsongen 2013, en oavgjord och tre förlorade klubbmatcher, visar att behovet av boken nu är akut. Som jag ser det måste Lars och jag nu ta oss samman och lämna ett färdigt manus för tryckning innan Tourens höstsäsong börjar. Den här artikeln började jag skriva redan i slutet av april och trodde då fortfarande att detta skulle vara möjligt. I början av oktober startade vi höstens spel med en bortamatch mot Sigtuna och manuset till handboken var fortfarande inte klart. Lars Lieberg och jag blev då tvungna att dagen före matchstart sammankalla laget och muntligen redogöra för de viktigaste punkterna av vårt banbrytande researcharbete.

Det var naturligtvis en svår pedagogisk uppgift, men det gällde att göra det bästa möjliga av situationen. Nu undrar säkert den tävlingsintresserade läsaren om detta nytänkande gav önskat resultat? Redan dagarna före matchstart fick vi en negativ nyhet. NPTK var tvungna att ge WO både i damdubbel och mixeddubbel. Tyvärr är det väldigt få damer som deltar i de äldre seniorveteranernas verksamhet och nu var de flesta av dem skadade. Nåväl nu gällde det bita ihop och gilla läget. Jag kan nu konstatera att det inte räckte. NPTK förlorade klubbmatchen med 6-2. De enda som hade tagit till sig våra visdomsord var Staffan Avenius/Dan Danielson och Bengt Löfmark/Hans Zetterberg. Övriga lagdeltagare, inklusive artikelförfattaren, hade inte begripit ett dugg. Nåväl höstsäsongen är lång och handboken kanske blir klar till nästa match på Touren.

Lars Anglered

Tävlingresultat i sommar!

Anette Munozova har under sommaren kombinerat spel i svenska sommartouren (flera finalplatser) med futuresspel. Anette har nu 8 WTA-poäng i singel och är snart inne bland de 1000 på världsrankingen, starkt jobbat!

Enni Zander går från klarhet till klarhet och kvalificerade sig för SEB-finalen i Båstad (F.d Kalle Anka Cup). Väl där hamnade hon dessvärre i en riktigt tuff pool och slutade fyra i den. Sen möttes alla poolfyror där Enni vann.



Carl Westerberg och Jakob Nilsson gick till final i PD 14 i Hunnebostrandsspelen.



Daniel Hammarstedt t.v. och Joachim Kuhn USIF vann PD 16 B i Båstad.

Christoffer Solberg kvalificerade sig för sommartour-slutspelet trots att han var i Italien stora delar av sommaren! Bland annat besegrade han jämnåriga Reflex Open-vinnaren Morgan Johansson i en av deltävlingarna. I slutspelet fick han en mardrömsöppning första dagen då han tappade matchbollar i bägge sina matcher mot just nämnda Morgan och Mälarhöjdens Lucas Renard...

Nämnas ska också två turneringssegrar i Italien där Christoffer bland annat besegrade en top 500-meriterad (förra året)italienare.

Jesper Åkerlund avslutade utomhussäsongen starkt med segrar i KLTK Cup och RM samt kvartsfinalen i JSM.

Joel Åkerlund har som sagt haft ett kanonår med seger i inomhus-SM, semifinal i Båstad samt semifinal i singel. Därmed har han ingått i Sveriges 14-årslandslag och spelat både individuella samt lag-EM. Joel har spelat mycket utomlands och visat att han hävdar sig väl i den europeiska konkurrensen.

Jonatan Lagergren har tävlat lite mer sparsamt än normalt men ändå hunnit med både turneringssegrar samt en mycket meriterande finalförlust i Ystads Nike Junior Tour-tävling.

Vidare ska nämnas att både herr och damlaget vann sina respektive serier utomhus.



Vårt duktiga P-15 lag som vann Lag-SM silver i vintras hann med att prova på grässpel under sin Båstads-vistelse.

Stefan



Vallentuna
BYGGVAROR AB



Du kan fortfarande utnyttja rabattkortet som du fick i våras!

Nytt samarbete mellan NPTK och Vallentuna byggvaror/ Woody bygghandel!

Oavsett om du är yrkesproffs, en riktig hemmafixare eller som NPTK:s klubbchef har tummen mitt i handen så kan vi hjälpa dig!



Hos oss på Vallentuna Byggvaror finns det alltid någon som kan hjälpa dig. Förutom vårt breda sortiment på byggmaterial serverar vi dig med t ex lånesläp, rithjälp eller såg- och hyvleriservice. Välkommen till Vallentuna Byggvaror!

www.vallentunabyggvaror.se

KANONKOPIA

PRINT-TRYCK & EFTERBEHANDLING

Höstrea!
500st visitkort 495:-
inkl moms
gäller tom 29 november



Öppet:
Måndag-torsdag 9.00-17.00
Fredag 9.00-15.00

info@kanonkopia.se
08-533 327 27
Välkommen in!

Klubbmästerskap 2014

FREDAG 3 JANUARI - SÖNDAG 12 JANUARI

Klasser	Regerande mästare	Avgift
1. Herrar A	Stefan Milenkovic	200 kr
2. Herrar B	Mårten Forste	200 kr
3. Herrar C	Roger Lind	200 kr
4. Damer A	Viktoria Turina	200 kr
5. Damer B	Sara Tull (-12)	200 kr
6. Damer C	Jenny Palmblad (-11)	200 kr
7. Herrar 45 (födda -69 o sen.)	Henrik Wetterdal	200 kr
8. Herrar 55 (födda -59 o sen.)	Ulf Ek	200 kr
9. Herrar 65 (födda -49 o sen.)	Lars Björklund	200 kr
10. Herrar 70 (födda -44 o sen.)	Lars Björklund	200 kr
11. Herrdubbel A	Christoffer Solberg/Richard Solberg	100 kr
12. Herrdubbel B	Henrik Wetterdal/Jonas Bonn	100 kr
13. Damdubbel AB	Lisa Regnér/Olivia Larsson	100 kr
14. Herrdubbel 65	Peter Hässler/Lars Björklund	100 kr
15. Herrdubbel 70	Christer Koch/Alvar Sundström	100 kr
16. Mixeddubbel A	Stefan Milenkovic/Betty Ålander	100 kr
17. Mixeddubbel B	Johan Regnér/Lisa Regnér	100 kr
18. Generationsdubbel A	Micki Zander/Enni Zander	100 kr
19. Generationsdubbel B	Mikael Hasslegren/Gustav Hasslegren	100 kr
20. Pojkar 16 (födda -98 o sen.)	Olle Printz	120 kr
21. Flickor 16 (födda -98 o sen.)	Johanna Olsson(2008-11)	120 kr
22. Pojkar 14 (födda -00 o sen.)	Oscar Wollman	120 kr
23. Flickor 14 (födda -00 o sen.)	Mia Doslo	120 kr
24. Pojkar 12 (födda -02 o sen.)	Vincent Turina	120 kr
25. Flickor 12 (födda -02 o sen.)	Viktoria Turina(-11)	120 kr
26. Pojkar 10 (födda -04 o sen.)	Gustav Hasslegren	120 kr
27. Flickor 10 (födda -04 o sen.)	Sara Schalin	120 kr
28. Dart-KM	Mattias "Trubaduren" Martinell	
29. Pingis-KM	Magnus Öhrvall	

KM-ERBJUDANDE:

Delta i 3 klasser och få den 4:e på köpet!

TÄVLINGSFORM:

Bäst av 3 set, tiebreak vid 6-6 i alla set. Supertiebreak i dubbelklasserna.
10-års klasser: setstart vid 2-2

SENASTE ANM.DAG:

Söndag 15 december. NPTK-hallen, todd@nptk.se

FÖRBEHÅLL:

Får lämnas vid anmälan, men är ingen rättighet

OBS! Finaltiden får ej flyttas (av respekt för publik och finalmotståndare)

LOTTNING:

Tisdag 17 december Seedning NPTK.

MATCH- & TIDSPROGRAM:

Torsdag 19 december

NPTK-hallen www.nptk.se

OBS! Finaltiden får ej flyttas

EXTRA PRISER:

Flest antal KM-games, Årets bragd, Fair play

TÄVLINGSLEDARE:

Todd Åkesson



Open 2013

Morgan Johansson och Jacqueline Cabaj Awad vann! Alla finalisterna gick till sommartourens slutspel!



Finaldagen inleddes med att två Sverigeettor bland juniorerna möttes i damfinalen. Fanny Östlund(F16)kämpade frenetiskt mot



Jacqueline Cabaj Awad (F17) som till slut var den starkaste av dem.



Mellan finalerna anordnades ett gratislotteri med fina priser från våra samarbetspartners. Tennisracketar, racketväskor, fruktkorgar, tandläkarundersökningar, presentkort i Kristers tennishop, funktionsanalyser, massage, Stockholm Open biljetter lottades ut.



Därefter var det dags att avnjuta Ica Stops suveräna finalbuffé innan herrfinalen. I Cafét väntade sedan Lena och Gunilla med sina läckra bakverk.



Sex företag; Riflex, Danske Bank, Lasermer Tandläkarmottagningen Täby Centrum, Omni 4, och Kristers Tennisshop var på plats och presenterade sin verksamhet. På bilden har just Mr Riflex Jan Hagman tackats.



Herrfinalen bjöd på strålande spel där Lukas Renard försökte hitta lösningar för att få hål på Morgan Johansson.



A-lagsspelaren Anton Waern hade koll på allt i domarstolen.



Morgan hade dock lösningar på allt och kunde till publikens jubel sträcka armarna i luften.



Våra bollkallar skötte sig suveränt och lite "häng" på den nymålade minitennisbanan hanns också med!



NPTK hälsar spelare, ledare, publik och samarbetspartners välkomna tillbaka nästa år!



Magnus tränartips - Forehand

Förberedelser

Rörelsen startar med en cirkulär baksving där rackethuvudet förs upp i axelhöjd med hjälp av underarmen för att kunna använda lägesenergin när man sedan släpper ner och slår igenom. Fotställningen kan variera mellan öppen(höger och vänsterfot jämsides), semiöppen(högerfot snett bakom vänsterfot) och stängd(vänsterfoten framför högerfoten). Fördelarna med öppen och semiöppen fotställning är att det är lätt att rotera dvs. användbart i pressade lägen och långt bak i banan för att skapa fart. Stängd fotställning används främst till attackslag eller offensiva slag, blir stabilare med mindre rotation och det är lättare att slå bollar med precision.



Stängd fotställning



Semi öppen fotställning



Öppen fotställning

- **Slaget**

När det är dags att genomföra slaget så är det viktigt att böja på benen, vrida överkroppen med hjälp av den fria armen för att kunna ge en lätt och smidig rotation vid tillslaget och på så sätt underlätta armens arbete. Vid träffögonblicket så gäller det att på ett avslappnat sätt försöka vrida underarmen för att på så sätt skapa topspin på bollen.

Bra bild på Roger Federer när han visar de olika stegen.

1. Låg tyngdpunkt, vrider överkropp med vänster arm
2. Släpper ner rackethuvud och vrider underarmen vid träffögonblicket.
3. Roterar runt hela överkroppen vid tillslaget.

