



Trainerprofil von Indra Riediger

Steckbrief

Name:

Indra Riediger / Spielerin der
Verbandsliga- Mannschaft des
TC- Blau- Weiß Kamp- Lintfort

Alter:

26 Jahre

Staatlich gepr. Tennislehrerin seit:

29.09.2010

Lizensierte B- Trainerin seit:

19.05.2010

Cardio Tennis- Trainerin seit:

05.10.2010

Zertifizierte Freizeitsportlerin

seit:

17.09.2008

Indra Riediger

Kontaktdaten:

Telefon: 0172- 9260207

Indra.Riediger@t-online.de

- **Staatlich geprüfte Tennislehrerin**
- **Lizensierte B- Trainerin des DTB**
- **Cardio Tennis- Trainerin**
- **Zertifizierte Freizeitsportlerin**

Trainertätigkeiten:

Seit 2009 bin ich zusätzlich zu meiner zweijährigen Tätigkeit als Kreistrainerin in Krefeld in verschiedenen Vereinen als Tennislehrerin tätig. Im Jahre 2013 entschloss ich mich dazu, mich gezielt auf die Tätigkeit als Tennistrainerin bei Lin Klemen in Köln und bei Tennisschule Berndsen im Raum Wesel zu konzentrieren und schlug in dieser Hinsicht einen neuen Weg ein, der mich 2014 zu der Ruder- und Tennisgesellschaft Wesel 1907 e.V. führte. Neben zusätzlichen Qualifikationen im Cardio- und Fitnessbereich und regelmäßiger Weiterbildung im Jugendbereich, verfüge ich über explizite Erfahrungen als Vereinstrainerin aus den vorherigen verschiedenen Vereinen, die eine gute Grundlage bilden, bestehende Mannschaften und Mitglieder erfolgreich zu begleiten, zu stärken und ihr Potential auszubauen, sowie auch das Wissen, dass eine gute Vereinstrainerschaft viel Hingabe, Zeit und Engagement verlangt.

Angebote:

- Einzel-, Gruppen- und Leistungsklassen Training
- Turnierführung im Verein
- Videoanalyse (auch während des regulären Trainings)
- Cardio Tennis
- Tennisspezifisches Fitnesstraining für jede Alters- und Leistungsgruppe
- Organisation und Durchführung von Tenniscamps, Tennisreisen und Tennis- Events
- Begleitung für aktive Turnierspieler und anschließender Matchanalyse
- Bespannungsservice für alle Schlägermodelle