

## Trainer-Steckbrief

Mein Name ist **Torben Lippke**,  
ich bin **22 Jahre alt** und seit 15 Jahren aktiv und Tennis begeistert.  
Ich bin angehender **C-Trainer**, dem sowohl die Arbeit mit Kindern  
und Jugendlichen,  
als auch das Erwachsenentraining sehr viel Spaß macht.  
Des Weiteren interessiere ich mich sehr für Ernährung und  
Gesundheit und wie man diese beiden  
Themen mit dem Sport vereinen sowie daraus profitieren kann.

### Tennislaufbahn:

Mit 7 Jahren habe ich beim Bortfelder TC begonnen,  
Tennis zu spielen und bis zu meinem 11. Lebensjahr bei Daniel  
Höppner im Regionskader Peine gespielt.  
Aufgrund einer Knieverletzung folgte ein 2-jähriges Tennisverbot.  
Während meines Austauschjahres in den USA habe ich für meine  
Highschool in Florida um die Staatenmeisterschaft gespielt,  
ansonsten musste ich bis zu meinem 17. Lebensjahr eine gesundheitsbedingte Tennis-Diet halten.  
Seitdem spiele ich für den TSV Zweidorf und trete regelmäßig bei Turnieren in der Region an.  
Aktuell gebe ich neben meinem VWL-Studium seit 2 Jahren Tennistraining beim TSC Göttingen.  
Mein Corona-bedingter Umzug nach Braunschweig bewegt mich dazu, hier vor Ort Tennisstunden zu  
geben.

### Tennistraining:

Am Tennis fasziniert mich die Anforderungsvielfalt aus Technik, Taktik, mentaler Stärke, Koordination  
und Kondition.  
Hobbyspielern biete ich an sich zu verbessern, um noch mehr Spaß am Tennis zu haben.  
Um dich auf das nächste Level zu bringen, gebe ich auch leistungsorientierte Einzelstunden.  
Tennis verändert sich und man hat nie ausgelernet, weshalb ich mich leidenschaftlich mit neuen  
Trainingsformaten und technischen Feinheiten beschäftige.  
Bei meinem Training werden Spaß am Spiel, Herausforderung und Fortschritt großgeschrieben.  
Deine Ziele und dein Empfinden bei neu erlernten Techniken sind wichtige Indikatoren und werden in  
unser Training einbezogen.

### Trainingsangebote:

- Gruppentraining/ Mannschaftstraining
- Hobbysport
- Leistungsorientiertes Einzeltraining

Themenbereiche:

- Technik und Taktik (gegebenenfalls mit Videoanalyse),
- Mentales Coaching
- Matchpraxis



### Kontakt:

**E-Mail:** [torben.lippke@gmail.com](mailto:torben.lippke@gmail.com)

**Mobil:** 017636334496