

Tenis Slovenija (ustanovno Teniška zveza Slovenije) je neprofitno organizacijsko telo slovenskega tenisa, s sedežem v Ljubljani. Združuje mrežo več kot 80 klubov in okoli 3000 članov s strokovnim vodstvom in načrtovanim razvojem teniškega potenciala ter ohranja odlične odnose z odločevalnimi telesi športnega sveta. Tenis Slovenija letno nadzira, podpira in vodi več kot 250 teniških dogodkov (vključno s tekmovanji, množičnimi prireditvami, konferencami in promocijskimi kampanjami) po vsej Sloveniji.

## KAKO IZBRATI PRAVI GRIP

V projektu Teniško aktivni! smo vam že predstavili, kako izbrati pravi lopar in katere strune so ustrezne za vašo raven igranja tenisa. V tretjem videu pa vam bomo predstavili, kako pomemben je grip na ročaju. Obiskali smo namreč specializirano trgovino Tengo. Strokovnjak in teniški trener Miha Benčina nam je razložil, kaj je najpomembnejše pri izbiri gripa.

Benčina je predstavil razlike med prekrivnimi gripi. "Kategorij je več, mi bomo predstavili dve. Prvi je prekrivni grip, ki je brez sloja. Mi ga imenujemo suhi grip. Primeren je za igralce, ki se veliko potijo. Najbolj prodajani gripi pa so t.i. lepljivi gripi. Roka se dobesedno zalepi gor. Še enkrat pa bi rad poudaril, da je najpomembnejša pravilna debelina ročaja," je dejal Benčina, ki je nato tudi pokazal, kako pravilno zamenjati grip na ročaju.

Več o tem pa v priloženem posnetku: [Grip](#)

Teniški pozdrav.

Ljubljana, 24. junij 2021

Tenis Slovenija

Generalni sponzor



Glavni sponzorji



Sponzorji in partnerji

