

TIME FOR ADVENTURE
TAY NINH



KIDS **TENNIS** **CAMP #4**



6.500.000 VND
all inclusive

 January 30 – 01, 2026

- Tennis (8h)
- Outdoor Activities
- Fitness
- Games

CAMP

Register Now

www.athlete-trotter.com



SCHEDULE

Friday 30/01/2026

- 17:00 -> Leave Saigon
- 18:00 -> Eat dinner
- 19:00 -> Check in Homestay
- 20:00 -> Games

Saturday 31/01/2026

- 08:00 -> Breakfast
- 09:00 -> Tennis
- 11:00 -> Badminton
- 12:00 -> Lunch
- 13:00 -> Climb Ba Den
- 15:00 -> Reach the top (Snack)
- 15:30 -> Start the way down
- 18:00 -> Dinner
- 19:00 -> Games
- 21:00 -> Sleep

Sunday 01/02/2026

- 08:00 -> Breakfast
- 09:00 -> Tennis (3 hours)
- 11:30 -> Swim Race (30 min)
- 12:00 -> Lunch
- 14:00 -> Tennis, Team Games, Running (2 hours)
- 16:00 -> Shower
- 17:00 -> Return to SGN
- 18:00 -> Eat on the way
- 19:00 -> Arrive in Saigon

Thứ Sáu, 30/01/2026

- 17:00 → Rời Sài Gòn
- 18:00 → Ăn tối
- 19:00 → Nhận phòng Homestay
- 20:00 → Trò chơi buổi tối

Thứ Bảy, 31/01/2026

- 08:00 → Ăn sáng
- 09:00 → Tennis
- 11:00 → Cầu lông
- 12:00 → Ăn trưa
- 13:00 → Leo núi Bà Đen
- 15:00 → Lên đến đỉnh (ăn nhẹ)
- 15:30 → Bắt đầu xuống núi
- 18:00 → Ăn tối
- 19:00 → Trò chơi buổi tối
- 21:00 → Nghỉ ngơi / Ngủ

Chủ Nhật, 01/02/2026

- 08:00 → Ăn sáng
- 09:00 → Tennis (3 giờ)
- 11:30 → Thi bơi (30 phút)
- 12:00 → Ăn trưa
- 14:00 → Tennis, trò chơi đồng đội, chạy bộ (2 giờ)
- 16:00 → Tắm rửa
- 17:00 → Trở về Sài Gòn
- 18:00 → Ăn tối trên đường
- 19:00 → Đến Sài Gòn

Schedule is subject to change based on the weather or players' wishes, tiredness.

Lịch trình có thể thay đổi theo thời tiết hoặc sự mệt mỏi của người chơi.



OBJECTIVES

- Improve tennis skills / **Cải thiện kỹ năng chơi tennis**
- Improve tennis mindset / **Cải thiện tư duy về tennis**
- Improve physical skills / **Cải thiện kỹ năng thể chất**
- Improve English skills / **Cải thiện kỹ năng tiếng Anh**
- Improve maturity / **Trở nên trưởng thành hơn**
- Improve independency / **Tăng cường tính tự lập**
- Have fun / **Được vui chơi**
- Discover nature / **Khám phá thiên nhiên**



ENGLISH

All activities, games and training are led by Coach Chris. Coach Chris does not speak Vietnamese, full language immersion during the camp.



Tất cả các hoạt động, trò chơi và buổi huấn luyện đều do Huấn luyện viên Chris dẫn dắt. Huấn luyện viên Chris không nói tiếng Việt, môi trường hoàn toàn sử dụng tiếng Anh trong suốt trại

MATURITY

2 nights without parents guidance, players have to grow up and gain in maturity during the camp. Crucial skills to be more mature on the tennis court.



2 đêm không có sự hướng dẫn của phụ huynh, các vận động viên phải trưởng thành và rèn luyện sự chín chắn trong suốt trại. Đây là những kỹ năng quan trọng để trở nên trưởng thành hơn trên sân tennis.



COACH CHRIS

ACHIEVEMENTS

- Master of Education, South Caroline (USA)
- Current Primary School Teacher at EMASI
- French Tennis Coach Certification
- Best Ranking: -4/6 (France) / UTR: 12.25 / 1100 diem
- TOP 7 players NCAA D2 (USA) - year 2014
- Silver Medal University European Championship year 2012
- 14 years coaching experience in France / USA / Vietnam
- Organized 40+ tennis camps in France / Vietnam
- Sent over 20+ players to American Colleges



THÀNH TỰU

- Thạc sĩ Giáo dục, South Carolina (Mỹ)
- Đang là Giáo viên Tiểu học tại EMASI
- Chứng nhận Huấn luyện viên Tennis Pháp
- Xếp hạng tốt nhất: -4/6 (Pháp) / UTR: 12.25 / 1100 điểm
- TOP 7 vận động viên NCAA D2 (Mỹ) - năm 2014
- Huy chương bạc Giải vô địch Đại học Châu Âu năm 2012
- 14 năm kinh nghiệm huấn luyện tại Pháp / Mỹ / Việt Nam
- Đã tổ chức hơn 40 trại tennis tại Pháp / Việt Nam
- Đưa hơn 15 vận động viên vào các trường Đại học Mỹ





TENNIS

Tennis drills: Advanced drills in tennis to consolidate techniques and footwork.

Những bài tập tennis: Các bài tập nâng cao trong tennis nhằm củng cố kỹ thuật và di chuyển chân.



Points: Players will play many types of games to improve their tactics and mindset.

Thi đấu điểm: Các vận động viên sẽ chơi nhiều loại trận đấu để cải thiện chiến thuật và tư duy.

Fitness: Players will be working on basic fitness drills to improve their physical abilities related to tennis.

Thể lực: Các vận động viên sẽ thực hiện các bài tập thể lực cơ bản để cải thiện khả năng thể chất liên quan đến tennis.





ACTIVITIES

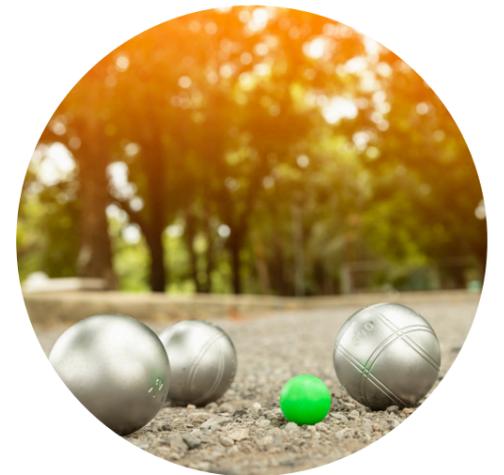


Team Sports: Some fun team sports will be played as warm up or physical activities like football, or ultimate.

Thể thao đồng đội: Một số trò chơi thể thao đồng đội vui nhộn sẽ được tổ chức như khởi động hoặc hoạt động thể chất, ví dụ như bóng đá hoặc ultimate.

Pétanque is a French game where players throw metal balls to get as close as possible to a small wooden target ball on a gravel or dirt surface.

Pétanque là một trò chơi của Pháp, trong đó người chơi ném những quả bóng kim loại sao cho gần nhất có thể với quả bóng gỗ nhỏ trên mặt sân sỏi hoặc đất.



Games: Many cards game, board games will be set up during relaxing time. Note. that all games will give points to your team for Tay Ninh Cup!

Trò chơi: Nhiều trò chơi bài và board game sẽ được tổ chức trong thời gian thư giãn. Lưu ý: tất cả các trò chơi đều sẽ tính điểm cho đội của bạn trong giải Tay Ninh Cup!



NUI BA DEN



The climb is scheduled on Saturday afternoon and it will be a great challenge for the kids.

3 km to the top with an gain elevation of 1000m. The climb should take 1h45 to 2h00. At the top we will enjoy a snack and visit of the site. On the way down, we will go through different pagodas.

Buổi leo núi được sắp xếp vào chiều thứ Bảy và sẽ là một thử thách tuyệt vời cho các em.

Quãng đường dài 3 km với độ cao chênh lệch 1.000m. Thời gian leo dự kiến khoảng 1 giờ 45 phút – 2 giờ.

Lên đến đỉnh, chúng ta sẽ ăn nhẹ và tham quan khu vực. Trên đường xuống, đoàn sẽ đi qua nhiều ngôi chùa khác nhau.



FOOD



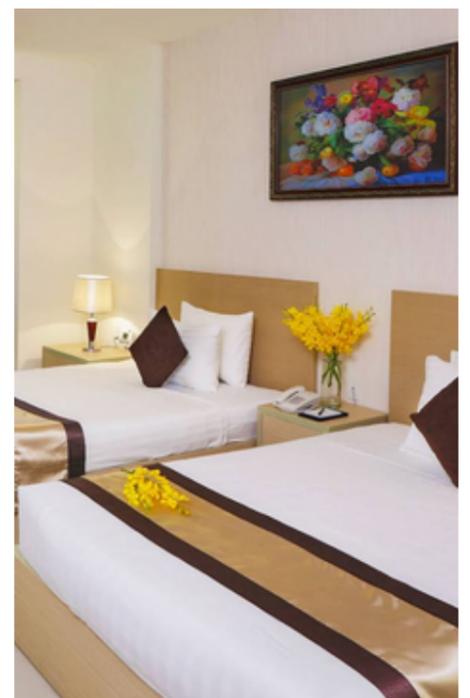
We will have Vietnamese meals at restaurants close to the hotel and tennis courts, with 3 meals provided daily to ensure the kids receive proper nutrition for their best performance during the camp.

Chúng ta sẽ ăn các bữa Việt Nam tại những nhà hàng gần khách sạn và sân tennis, với 3 bữa mỗi ngày để đảm bảo các em có đủ dinh dưỡng nhằm đạt phong độ tốt nhất trong suốt trại tập huấn.

HOTEL

The hotel is conveniently located near the tennis courts to maximize efficiency and minimize travel time. Each room can accommodate up to 4 kids, depending on the total number of participants in the camp.

Khách sạn sẽ nằm gần các sân tennis để đảm bảo hiệu quả và tiết kiệm thời gian di chuyển. Mỗi phòng có thể ở tối đa 4 trẻ, tùy thuộc vào tổng số học viên tham gia trại.





TRANSPORT



Depending on the number of players but this luxury 16 seat van is likely to be our vehicle. Tay Ninh is only a 2h30 drive.

Tùy thuộc vào số lượng người chơi, nhưng chiếc xe van hạng sang 16 chỗ này có thể sẽ là phương tiện của chúng ta.

Tay Ninh chỉ cách khoảng 2 tiếng 30 phút lái xe.

FEEES

6.500.000 VND

All inclusive

50% deposit to book your slot

6.500.000 VND

All inclusive

50% deposit to book your slot

REGISTRATIONS

Deadline to book your spot

January 15th, 2026

Contact Coach Chris on Zalo

09 32 68 46 00

Hạn chót để đặt chỗ:

15 tháng 1 năm 2026

Liên hệ Huấn luyện viên Chris qua Zalo

09 32 68 46 00