

## Poziom POCZĄTKUJĄCY OD ZERA (BASIC 1.0)

Gracz stawia dopiero pierwsze kroki w tenisie.

## Poziom POCZĄTKUJĄCY 1 (BASIC+ 1.5)

Gracz był uczestnikiem "Letniego Kursu dla Dorosłych" na poziomie początkującym organizowanego przez ST Tie Break. Ma za sobą niewiele godzin spędzonych na korcie i wciąż uczy się odbijać piłkę tak, by wymiana trwała dłużej, niezależnie od tempa nadlatującej piłki. Wykonanie serwisu stanowi dla niego spore wyzwanie.

## Poziom POCZĄTKUJĄCY 2 (CLUB 2.0)

Gracz radzi sobie z odbieraniem wolniej lecących piłek, ale brakuje mu jeszcze rutyny. Trafienie piłki środkiem główki rakiety wciąż sprawia trudność, dlatego potrzebuje więcej praktyki. Podstawowe ustawienie się na korcie nie jest jeszcze dobrze przyswojone.

## Poziom POCZĄTKUJĄCY 3 (CLUB+ 2.5)

Gracz zaczyna trafnie przewidywać, gdzie piłka odbije się od nawierzchni, choć poruszanie się po korcie wciąż wymaga pracy. Wolniejsze wymiany utrzymuje bez większych problemów i stopniowo uczy się pokrywać cały kort. Na tym etapie jest już gotowy do startów w meczach i turniejach dla początkujących.

Do poprawy: sposób trzymania rakiety, niepełny zamach przy serwisie, brak powtarzalności w podrzucie piłki do serwisu, skromne umiejętności gry przy siatce.

## Poziom ŚREDNIOZAAWANSOWANY 1 (OPEN 3.0)

Gracz radzi sobie z piłkami lecącymi w umiarkowanym tempie, choć nie każde uderzenie wykonuje z pełną pewnością siebie. Panowanie nad kierunkiem, siłą i głębokością odbicia bywa problematyczne.

Do poprawy: traci rytm gry, gdy tempo wymiany rośnie; ma kłopoty z odbiciem piłek spoza swojej „strefy komfortu”; brakuje mu pewności w grze przy siatce.

## Poziom ŚREDNIOZAAWANSOWANY 2 (OPEN+ 3.5)

Gracz zyskał większą stabilność i lepiej panuje nad kierunkiem uderzeń przy umiarkowanym tempie piłek, jednak repertuar zagrań wciąż jest ograniczony. Lob, smecz oraz wolej pojawiają się rzadziej, bo brakuje jeszcze pewności w ich wykonaniu. Widoczny jest za to postęp w grze przy siatce i w poruszaniu się po korcie.

Charakterystyka: na tym poziomie trudniej mówić o konkretnych słabościach – liczy się raczej to, jak umiejętności gracza ujawniają się w trakcie samej gry. Coraz większą rolę odgrywają koncentracja oraz taktyczne podejście do meczu.

## Poziom ŚREDNIOZAAWANSOWANY 3 (OPEN PRO 4.0)

Gracz uderza pewnie, panując nad kierunkiem, głębokością i dystansem zarówno w forhendzie, jak i bekhendzie, grając w umiarkowanym tempie. Skutecznie wplata w grę loby, smecze, akcje przy siatce i wolej. Błędy serwisowe zdarzają się rzadko, a stracone wymiany wynikają zwykle z chwilowego spadku koncentracji.

Atuty: stabilny drugi serwis oraz umiejętność wykorzystania swoich mocnych stron do zdobywania punktów.

## Poziom ZAAWANSOWANY 1 (OPEN PRO+ 4.5)

Gracz świadomie różnicuje tempo i rotację piłek, sprawnie porusza się po korcie oraz kontroluje dystans i głębokość zagrań. Zaczyna też budować taktykę meczu w oparciu o własne mocne i słabe strony. Podanie otwierające jest silne i celnie umiejscowione, a drugie wykonywane bez większych pomyłek. Przy trudniejszych piłkach zdarza mu się jednak posyłać je w aut.

Atuty: serwis coraz częściej przesądza o wyniku spotkania, a gracz sprawniej maskuje swoje słabsze elementy gry, rozwijając przy tym umiejętność, na której opiera swój styl.

## Poziom ZAAWANSOWANY 2 (PRO 5.0)

Gracz trafnie odczytuje zamiary rywala i zwykle dysponuje co najmniej jednym uderzeniem lub elementem gry, wokół którego buduje swoją przewagę. Regularnie kończy wymiany zwycięskimi piłkami lub zmusza przeciwnika do błędu, sięgając po skróty, woleje, loby, półwoleje czy smecze. Drugi serwis wyróżnia się dobrą głębokością i rotacją.

Atuty: trafne decyzje taktyczne, umiejętność skutecznej obrony i maskowania słabszych elementów gry, odporność psychiczna – choć w newralgicznych momentach meczu wciąż zdarza się spadek formy.

## Poziom ZAAWANSOWANY 3 (PRO+ 5.5)

Gracz wypracował sobie solidność i siłę uderzeń jako podstawowy oręż w grze. Potrafi elastycznie zmieniać taktykę i sposób gry, gdy wymaga tego sytuacja meczowa, a jego uderzenia pozostają stabilne nawet pod presją.

Atuty: gra ofensywnie niezależnie od okoliczności, sprawnie dostosowuje strategię do trudnych momentów meczu, a zarówno pierwszy, jak i drugi serwis pozostają pewne nawet w napiętych sytuacjach.

## Poziom Profesjonalny (PRO++ 6.0–7.0)

Na poziomie 6.0 zawodnicy trenują zazwyczaj w ramach kadry narodowej i figurują w krajowym rankingu.

Poziomy 6.5 oraz 7.0 to już domena zawodników o randze światowej.