



NTRP (테니스등급프로그램)

NTRP 1.0

: 테니스를 막 시작한 상태

NTRP 1.5

: 테니스를 많이 배우지 않은 상태로, 공을 우선적으로 넘기는데 급급한 상태, 아직 시합할 준비가 되어 있지 않음.

NTRP 2.0

: 코트 경험이 더 필요한 상태. 적절한 타격 지점을 찾는데 어려움을 겪으며, 스트로크의 개선과 레슨이 더 필요하다. 아직 단식, 복식 포지션에 익숙하지 않다.

레벨 기준	
<input type="checkbox"/> 포핸드	방향조절이 어렵고 스윙이 완벽하지 않음
<input type="checkbox"/> 백핸드	백핸드를 기피하며 공을 정확히 맞추지 못함.그립에도 문제가 있고 스윙이 불안정함.
<input type="checkbox"/> 서브/리턴	서브 동작이 완벽하지 않고 더블 폴트를 자주 범함. 토스도 일정하지 않고 서브 리턴시 실수를 많이 함.
<input type="checkbox"/> 발리	풋워크가 되지 않고 네트 쪽으로 나가는 것을 꺼리며 백발리를 기피함.
<input type="checkbox"/> 경기스타일	단식, 복식의 기본 위치에 익숙하지만 자주 자신의 위치를 벗어남.



NTRP 2.5

: 다가오는 공을 어느 쪽으로, 어느 정도로 스윙을 해야 지속적으로 리턴할 수 있는지 판단하는 법을 배우는 상태. 공을 향해 다가가는 것과 돌아오는 것이 종종 효율적이지 않다. 비슷한 기량을 가진 다른 선수들과 느리게 백코트 랠리를 유지할 수 있고, 스트로크가 발전하기 시작함. 단식과 복식의 기본 포지션에 점점 익숙해지고 있으며, 친선 매치와 리그, 그리고 하위 토너먼트를 할 준비가 되어 있다.

레벨 기준	
<input type="checkbox"/> 포핸드	스윙 자세가 일정해지며 일반 속도로 날아오는 공에 대해 준비가 되어 있음.
<input type="checkbox"/> 백핸드	그립과 준비 자세에 문제가 있고 백핸드 쪽으로 공이 와도 포핸드를 자주 선택함.
<input type="checkbox"/> 서브/리턴	풀스윙으로 서브를 넣지만 서브 속도가 느리고 토스가 일관적이지 않음. 느린 속도로 오는 서브는 준비가 되어 있음.
<input type="checkbox"/> 발리	네트플레이 시 백핸드 쪽이 불안정함. 백핸드쪽으로 오는 공도 포핸드로 받아치곤 함.
<input type="checkbox"/> 경기 스타일	느린 속도의 랠리를 지속할 수 있지만 커버거리가 짧고 복식경기 시 포칭을 나가지 않고 자신의 위치에 서 있음.
<input type="checkbox"/> 기타	로브를 의도적으로 올릴 수 있지만 컨트롤이 되지 않음.

NTRP 3.0

: 중간 속도의 샷을 칠 때는 꽤 일관성이 있지만 모든 스트로크가 편안하지 않고, 샷의 방향을 바꾸거나, 깊이, 속도 또는 거리를 바꾸는 샷을 시도할 때 정확도가 떨어진다. 복식을 하면 한명은 전위, 한명은 후위에 있는 포지션을 위주로만 플레이 한다.

레벨 기준	
<input type="checkbox"/> 포핸드	원하는 방향으로 일관되게 보낼 수 있지만 길이에 대한 조절능력이 부족함.
<input type="checkbox"/> 백핸드	일반적인 속도의 공에 대해 준비되어 있으며 일관되게 칠 수 있음.
<input type="checkbox"/> 서브/리턴	서브시 리듬을 배우기 시작하며 힘을 실을 수 있지만 실수가 발생하고 세컨 서브는 퍼스트보다 많이 약합니다. 서브 리턴을 실수 없이 할 수 있음.
<input type="checkbox"/> 발리	포핸드 발리는 안정적이지만 백핸드 발리에 실수가 많고 낮은 공이나 옆으로 빠지는 공에 대해 대처를 잘 하지 못합니다.
<input type="checkbox"/> 경기 스타일	일반적인 속도의 공에 랠리를 꾸준히 할 수 있으며 복식의 경우 후위에 있을 때 앞으로 대쉬를 할 수 있지만 제대로 하지 못함.
<input type="checkbox"/> 기타	일반적인 속도의 공에 대해 로브를 꾸준히 띄울 수 있음.