Tennis is een sport voor iedereen. Jong of oud, jongen of meisje, handicap of niet, iedereen kan en mag tennissen. Vele jaren tennisten kinderen op dezelfde manier als volwassenen. De hele baan werd in gebruik genomen en er werd geslagen met (harde) gele ballen. Daar is nu verandering in gebracht. KNLTB introduceert de Tenniskidsmethode. Bij deze methode is er sprake van fases. In iedere fase zijn de oefeningen afgestemd op de leeftijd en behendigheid van de spelertjes. De verschillende fases die een kind doorloopt zijn Rood, Oranje en Groen. Bij elke fase hoort een andere baangrootte en balsoort. Zo leren kinderen de juiste techniek en kunnen ze al heel jong wedstrijdjes spelen. Ze hebben succeservaringen, wat ten goede komt aan hun motivatie, beleven plezier en ontwikkelen zich in hun algehele coördinatie en sportbewustzijn.