

TENNIS – INTENSIVTRAINING FÜR KINDER UND JUGENDLICHE



Termin:

15.07. - 17.07.2016

Leistungen:

Fr. - So. 1 Trainingsstunde á 60 Minuten am Vormittag und Nachmittag
(Anfänger und leicht Fortgeschritten, Fortgeschritten)

4 bis max. 5 Spieler/innen bilden die Trainingsgemeinschaft um die hohe Trainingsqualität zu gewährleisten

Koordinationstraining
Technik- und Taktiktraining
Schnelligkeitstraining
Tennisspezifische Spiele

Kosten:

€ 55,- pro Spieler/innen (4er Gruppe) 6 Trainingsstunden
€ 49,- pro Spieler/innen (5er Gruppe) 6 Trainingsstunden

Anmeldung:

TC Unterweißenbach, Sektionsleiter Christian Haslinger 0676/ 3456881, denyan@ecsnet.at

Anmeldeschluss:

Fr. 08.07.2016

Trainer:

Roland Kern
staatl. gepr. Trainer für Allgemeine Körperausbildung (Fitness)
staatl. gepr. Lehrwart für Allgemeine Körperausbildung (Studio)
staatl. gepr. Lehrwart für Tennis
Dipl. Personal Fitnesstrainer
Dipl. Vitaltrainer Bewegung
Gesundheitscoach
Master Fitness Trainer



LEARNING BY DOING