



😊 Tenniscamps in den Osterferien 2018 😊

Woche 1: 3 Tage / Montag, 26. März bis Mittwoch, 28. März 2018

Woche 2: 3 Tage / Dienstag, 03. April bis Donnerstag, 05. April 2018

Die wichtigen Details auf einen Blick:

- **Wo:** Auf der Freianlage Sperk, Schwalbenstrasse 104, 85521 Ottobrunn
 - **Zeitraum:** 09.00h bis 15.00h (inkl. Mittagessen)
 - **Start:** Wir starten mit Konditraining ab 9 Uhr 😊
 - **Mittagspause:** Es wird ein leckeres Essen und ein erfrischendes Getränk serviert. So schöpfen die Kids neue Kraft und gehen wieder fit in den Nachmittag.
 - **Wetter:** Das Training findet bei jedem Wetter statt (Inkludierte Hallenabsicherung in der Tennishalle Sperk, Otto-Hahn-Str. 46, 85521 Riemerling)
 - **Schläger:** ... können Dank unseres Partners Wilson für jedes Alter gestellt werden
 - **Alter:** Es gibt keine Altersbegrenzung 😊
 - **Krönender Abschluss:** Am letzten Tag findet ein kleines Abschlussturnier statt.
 - **Der Osterhase...** schaut vielleicht auch vorbei 😊
- **Anmeldung:** Einfach per Email unter christina.schindler@tennishoch4.com, mit Name, Alter, Woche, Handy-Nr. (für WhatsApp Nachrichten) und event. Unverträglichkeiten.

Unser Kursinhalt/Angebot:

- **Kosten:** 229 Euro inkl. aller oben genannten Leistungen
- **Trainingsinhalte:** Warm-up / Kondition&Koordination / Lauf ABC / Ballschule / Technik & Taktik / Station & Rotation / Matchführung & Mental Toughness / Matchtraining
- **Ungefährer Ablauf:**
 - 09-10 Uhr Warm-up
 - 10-12 Uhr Tennis / Ballschule / Lauf ABC
 - 12-13 Uhr Mittag
 - 13-15 Uhr Matchtraining / Ballschule / Lauf ABC

Wir freuen uns auf Sie & Euch und auf tolle Tennistage 😊

Christina Schindler, Christian Onken & TEAM 😊