



PFINGST – CAMP



vom 10.06. bis zum 14.06.2019

veranstaltet die Merkert Tennisakademie auf der Tennisanlage des VfL Sindelfingen auch dieses Jahr wieder ein Pfingst-Tenniscamp.

Mitmachen kann jeder, der sich verbessern möchte.

Inhalte:

Tennistraining: Technik- und Taktikschulung sowie Matchanalysen

Athletiktraining: Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Schnelligkeit

Programm:

09:00 – 09:15 Uhr	Warm-up
09:15 – 10:45 Uhr	Tennistraining
10:45 – 12:15 Uhr	Konditionstraining
12:15 – 13:30 Uhr	Mittagspause
13:30 – 13:45 Uhr	Warm-up
13:45 – 15:15 Uhr	Tennistraining
15:15 – 16:45 Uhr	Konditionstraining
16:45 – 17:00 Uhr	Cool-down

Kosten:

Mitglieder der TA VfL Sindelfingen 259,- Euro

Nichtmitglieder 299,- Euro

(Preis inkl. Mittagessen und Getränk)

Anmeldung

Anmeldungen bitte per Mail an info@merkert-tennisakademie.de

Anmeldeschluss: 03.06.2019!!!