



Modernes Tennistraining bedeutet: Spielen von der ersten Stunde an.

Doris Haug, DTB - B-Trainerin, Vereinstrainerin, TC Ebersbach, Doris.Haug@gmx.net, Tel. 07163/5959

Vorteil AUF am Vormittag - Gesundheitssport auf dem Tennisplatz

Für wen geeignet?

Egal ob AnfängerIN oder FortgeschritteneR, bei uns bist Du richtig! Wir denken genauso an junge Mütter, wie junge Best Ager, alle, die Lust auf Bewegung haben, also ab 18 bis ca. 80 Jahren 😊
Die Einteilung der Gruppen erfolgt nach Absprache, möglichst in ähnlichen Jahrgängen.

Idee:

Sportliche Aktivität ist gut für die Gesundheit, und soll gemeinsam mit anderen in der Gruppe stattfinden.

Du willst Spaß haben in der Gruppe und gleichzeitig etwas für die Gesundheit tun?

Melde Dich einfach unverbindlich an. Wir werden gemeinsam eine Schnupperstunde ausprobieren und danach besprechen, wie es weitergeht.

Wie funktioniert der Gesundheitssport auf dem Tennisplatz?

Wir wärmen uns spielerisch und/oder koordinativ auf, kümmern uns um Beweglichkeit und Fitness und integrieren das Ganze allmählich in unsere geliebte Sportart Tennis.

Zeitraum

Während der Sommersaison bieten wir je einen kostenlosen Schnupperkurs an folgenden Tagen an:

Dienstag, Mittwoch und Donnerstag jeweils von 9 - 10 Uhr. Einfach anmelden und starten!

Danach ist eine Anmeldung zu einem 4-wöchigen Kurs möglich.

Preis

Eine Schnupperstunde kann kostenlos besucht werden.
Danach werden 10 Euro pro Stunde fällig (mind.5 TN).

Anmeldung

Ist jederzeit möglich, am besten sofort bei Doris Haug, Vereinstrainerin TC Ebersbach, Tel. 07163/5959 oder Doris.Haug@gmx.net

Wer aufhört besser zu werden, wird aufhören gut zu sein.