

Fit in die Woche

10 Wochen Power – Fitness – Tennis

wann: Montag 19:00 – 20:00 Uhr - wo: Platz 9 & 10

Kosten: 150,00 €

Start: 16.04.2018 - Meldeschluss: 13.04.2018

„Powered“ by Verena Gantschnig & Marc Herter

Das Angebot richtet sich an alle Tennisspieler. Wem der Weg in das Fitnessstudio zu weit ist und ihm dabei sein Tennisschläger fehlt, der darf sich bei uns voll auspowern!! Laufbänder und Stepper werden durch wöchentlich wechselnde Trainingsparcours ersetzt. Alle Spieler auf dem Platz sind in Bewegung, trainieren Koordination/Kondition und schlagen dabei auch noch Bälle. Es ist ein effektives Workout das Tennis und Fitness miteinander vereint. Durch zusätzlich unterstützende Musik und der Gruppendynamik entwickelt sich eine ganz besondere Motivation und lässt die Drills „easy“ durchhalten.

Fit durch die Saison ist auch eine ideale Möglichkeit, um andere Mitglieder und neue Tennispartner kennen zu lernen!

Der Kurs ist für Anfänger; Fortgeschrittene und Mannschaftsspieler!

Die Kursgebühr wird bei Anmeldung fällig!

Bitte Anmeldungen per E-Mail (marcherter@gmx.de) bis **13.04.2018** oder Mobil (0170-2013118) **09.04-13.04.2018**.

Anspruch auf Durchführung des Kurses besteht grundsätzlich nicht!

Ausgefallene Trainingseinheiten infolge Verletzung oder Krankheit eines Teilnehmers können leider nicht nachgeholt oder zurückerstattet werden!

Während den Schulferien findet kein Training statt!

Name/Vorname: _____ Geb.am: _____

Adresse: _____

Telefon: _____ EMail: _____

Unterschrift: _____

Wir freuen uns jetzt schon auf euch, um das noch nie dagewesene Power-Fitness Tennis durchzuführen!!!! Verena & Marc ☺