

Athletiktraining



Fit4Tennis für Erwachsene und Juniors



Ort: Tennisclub Blau-Weiss

Wann: Dienstags, 18:00h: **JUNIOR-TRAINING** für 10- bis 16-Jährige
Dienstags, 19:00h: **ERWACHSENEN-TRAINING** ab 16 Jahren

Anmeldung: per E-Mail unter hagenauertennis@gmx.at

Schwerpunkttrainings

Jede Woche werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt.
Die Inhalte werden so ausgewählt, dass sie im Anschluss auch selbstständig durchführbar sind; als kontinuierliches Workout und als Warm-Up oder Cool-Down bei jedem Tennisspiel!

Mitzubringen: Sportbekleidung, Sandplatzschuhe und gute Laune ;-)

Angebot "9 + 1 x gratis"

Athletik-Frühlingspaket (10 Trainingswochen)

€ 135,00 p.P.

Kein Schlechtwetterprogramm - bei unsicherer Witterung bitte auf die Ampel-App achten.

