

Athletiktraining



Fit4Tennis für Erwachsene und Juniors



Ort: Tenniscenter Cumberland, Cumberlandstraße 102, 1140 Wien

Wann: Samstags
12:00h bis 12:50h Badmintonplatz 5

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

Schwerpunkttrainings von Jänner bis April

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 vor jedem Tennisspiel!

Mitzubringen: Sportbekleidung und gute Laune ;-)

Trainingsangebot von Jänner bis April 2024

Athletik-Pauschalpaket (= 11 Samstage):

€ 169,00 p.P.

