Sommercamps 2022 TC Baden

Ganztägige Trainingscamps im TC Baden

		Programm Stufe Blau und Rot	Programm ab Stufe Orange
Camp 1	**Mo. 4.7 bis Fr. 8.7**		
Camp 2	**Di. 2.08 bis Sa. 6.08**		
	09.00 – 09.30		Anmeldung / Besammlung / Begrüssung
	09.30 – 10.00	Anmeldung / Besammlung / Begrüssung	Warm up / Einspielen
	10.00 - 12.00	Tennistraining/Polysportiv 90/30	Tennis- und Konditionstraining Technik/Taktik
	12.00 – 13.00	Mittagspause	Mittagspause
	13.00 – 13.30	Selbständig spielen	Selbständig einspielen
	13.30 - 15.30	Tennistraining/Polysportiv 90/30	Tennistraining/Spielzügen und Matchpraxis in Bezug auf Tagesthema
	15.30 -16.00	Stretching, Calm-down, Verabschieden	Stretching, Calm-down, Verabschieden

Anzahl Coaches und zusätzliche Coaches richten sich nach der Anzahl der TeilnehmerInnen

Trainingszeiten: Stufe blau und rot 10.00 – 15.30 Uhr
Stufe orange, grün, gelb, Wettkampf 09.30 – 16.00 Uhr

Preis pro Woche Woche CHF 300.- Stufe blau und rot
Preis pro Woche Woche CHF 350.- Stufe orange, grün, gelb und Wettkampf

Im Preis inbegriffen sind täglich:
4 Stunden Tennistraining (Technik und Wettkampf)
3 Stunden Tennistraining Stufe Blau und Rot
1 Stunden Konditionstraining/Polysportiv
Mittagessen im TC Baden

Soziale Medien
Auf der Webseite und den Social Media-Kanälen (TC Baden, Tennis Spirit) werden Fotos (z.B. Gruppenfotos von Camps) und Filmsequenzen (z.B. Aufschlag in Zeitlupe) veröffentlicht. Erziehungsberechtigte, die damit nicht einverstanden sind, müssen uns dies bitte im Vorfeld bekannt geben.

Wir freuen uns auf eure Anmeldungen!
Hier Anmelden.

Das Tennis Spirit Team