



Die Merkert Tennisakademie veranstaltet vom 24.05. bis zum 28.05.21 ein Pfingst-Tennis-Camp auf der Außenanlage der TA VfL Sindelfingen.



Das Camp richtet sich an alle, die Lust haben, endlich einmal wieder aktiv zu sein und ihr Tennisspiel zu verbessern. Alter und Spielstärke spielen dabei keine Rolle. Alle unsere Trainer verfügen über eine professionelle Ausbildung und sind darin geschult, alle Altersklassen und Leistungsstufen zu unterrichten. Insbesondere Berufstätige können – wie gehabt - auch gerne halbtags oder an einzelnen Tagen an unserem Camp teilnehmen.

Inhalte der Camps:

Tennistraining:	Technik- und Taktikschulung sowie Matchanalysen
Athletiktraining:	Kraft, Koordination, Beweglichkeit, Ausdauer und Schnelligkeit

Unser tägliches Programm:

9:00 – 9:15 Uhr	Warm-up
9:15 – 12:15 Uhr	1,5 Stunden Tennis <u>und</u> 1,5 Stunden Konditionstraining
12:15 - 13:30 Uhr	Mittagspause
13:30 – 13:45 Uhr	Warm-up
13:45 – 16:45 Uhr	1,5 Stunden Tennis <u>und</u> 1,5 Stunden Konditionstraining
16:45 – 17:00 Uhr	Cool-down

Kosten:

Mitglieder 259,- Euro / Nichtmitglieder 299,- Euro
(Preis inkl. Mittagessen und Getränk)

Anmeldung:

Schickt einfach eine E-Mail an info@merkert-tennisakademie.de und teilt mit, dass ihr am Ostercamp teilnehmen möchtet und welche **T-Shirt Größe** ihr habt.

Alle Nichtmitglieder bitte ich bei ihrer Anmeldung zusätzlich um Mitteilung ihres **Jahrgangs** sowie ihrer **Spielstärke** (das erleichtert uns die Einteilung).

Anmeldeschluss: 16.05.2021