

Tenniscamps 2021

Frühling | Sommer

Trainingsplan

Grundschläge | Volleys und Smash
Angriffsbälle | Aufschlag und Return
Doppel und Einzeltaktik
Koordination | Reaktion | Schnelligkeit
Ausdauer - Kraft
VIDEOANALYSE by Darthfish Software



Kursdaten (Montag bis Freitag)

Frühling	26.04. bis 30.04.
Sommer 1	19.07. bis 23.07.
Sommer 2	16.08. bis 20.08.

Halbtags

09:00 - 12:00 Früchte und Getränke inbegriffen. CHF 295.-

Ganztags

09:00 - 15:00 Mittagessen inbegriffen.  CHF 430.-

Anmeldung an andy@ak-tennis.ch