

Pfingstcamp 2019

Woche 1: 11.06.-14.06.2019

4 Tage

Woche 2: 17.06.-21.06.2019

5 Tage

Taktik- und Mentaltrainings-Camp

Ganztagescamp für wettkampforientierte Jugendliche bis 16 Jahre

Ablauf:

09:00-11.00 Uhr	Tennistraining mit taktischen und psychologisch orientierten Inhalten
11.00-12.00 Uhr	Konditions- und Koordinationstraining
12:00-13.30 Uhr	Mittagessen / Mittagspause
13:30 Uhr	Meeting mit Sonderthemen zum Wettkampftennis und mentale Fitness, Einstimmung auf den Nachmittag
14:00-16:00 Uhr	Match – und Taktiktraining mit Analysen Power Control Check und Aufschlag- & Returncheck
16:00-16:15 Uhr	Tages-Abschlussmeeting

Camp-Preis:

Wochenpreis 5 Tage: 320,-€ Mitglieder im TRC: 290,-€
Wochenpreis 4 Tage: 256,-€, 4 Tage: 232,-€

talentino -Camp

**Halbtagescamp 9 bis 12 Uhr
für Jungen und Mädchen bis 10 Jahre, auch für Einsteiger**

Ablauf:

09:00 -11:00 Uhr:	Tennistraining, technische und taktische Grundlagen
11:00 -12:00 Uhr:	Koordination und Spiele

Camp-Preis:

Wochenpreis 5 Tage: 190,-€ Mitglieder im TRC: 170,-€
Wochenpreis 4 Tage: 150,-€, 4 Tage: 135,-€

Infos und Anmeldungen

Staguhn@Racket-Center.de

