



# Anmeldung Sommerferien 2023

## Junioren Tennislager

**Veranstalter:** Act-Sports Tennis Ralf Michel Diegruber

**Ort:** Tennisanlage Fronwald  
8046 Zürich Fronwaldstrasse 115 Telefon Tennisanlage 044 557 98 78

**Datum:** 17. – 21. Juli 2023 / 14.– 18. August 2023, Beginn 09:45 Uhr / Ende 16:30 Uhr  
Bei schlechter Witterung wird in der Halle trainiert oder ein Alternativprogramm zusammengestellt.

**Junioren:** Zwischen 5 - 15 Jahre

**Beteiligung:** Mindestens 8 bis 22 Teilnehmer

**Richtlinien:** Die Junioren werden absolut individuell nach ihren physischen und motorischen Fähigkeiten geschult, korrigiert und gefördert. Laufschulung und Differenzialtraining sind tägliche Bestandteile des Lagers! Wir trainieren jeweils 4 ½ Stunden pro Tag, insgesamt 20 Stunden die Woche. Mittwochnachmittag polysportiver Tag.

**Leistungen:** Bälle, Testschläger, Trainingsausrüstung und Platzgebühren sind inbegriffen.

**Anmelden:** **Bis zwei Wochen vor Kurs Beginn, direkt via Email an: [ralf.diegruber@bluewin.ch](mailto:ralf.diegruber@bluewin.ch)**

**Kosten:** CHF 520.00 (inkl. Mittagessen, Erfrischung, Snacks und Früchte in der Pause)

### Kurs Ablauf Ganzer Tag:

09:45 - Eintreffen Kursteilnehmer

10:00 - Polysportives Programm

10:30 - Erste kleine Pause (15 Minuten)

10:45 - Tennis Lektionen

12:30 - Mittagessen Pause (1:30)

14:00 - Tennis Lektionen

15:30 - Zweite kleine Pause (15 Minuten)

15:45 - Tennis Lektionen

16:30 - Ende / Freies Weiterspielen sofern Plätze verfügbar

Genauere Informationen über den Lagerablauf erhaltest Du nach erfolgter Anmeldung.

Bei allfälligen Fragen steht Dir Ralf Michael Diegruber (N 079 949 76 79) gerne zur Verfügung.

### Anmeldetalon Sommerferien Tennislager 2023

17. – 21. Juli 2023     14. – 18. August 2023    oder     Beide Lager

**Name:** \_\_\_\_\_ **Vorname:** \_\_\_\_\_

**Strasse:** \_\_\_\_\_ **PLZ, Ort:** \_\_\_\_\_

**Telefon:** \_\_\_\_\_ **Mobile:** \_\_\_\_\_

**Geb.:** \_\_\_\_\_ **Klassierung:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_ **Email:** \_\_\_\_\_

**Unterschrift:** \_\_\_\_\_

**Wir würden uns sehr freuen, Dich in unserem Juniorencamp begrüßen zu dürfen**

Diese Anmeldung gilt als definitive Anmeldung. Keine Rückerstattungen möglich. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung des Kursbeitrages bis spätestens 2 Wochen vor den ersten Trainingseinheiten.