

## Anmeldung Sommerferien 2023 Junioren Tennis Camps

**Veranstalter:** Act-Sports Ralf Diegruber

**Ort:** Tennisclub Steckborn  
8266 Steckborn Walche

**Datum:** 10. – 14. Juli 2023 und 07. – 11. August 2023 - Beginn 10:00 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 Stunden pro Tag, insgesamt 20 Stunden die Woche.

**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)**

**Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmer

**Kosten:** CHF 400.- ganzer Tag (inkl. Mittagessen, Erfrischung, Snacks und Früchte in der Pause)  
CHF 175.- halber Tag (Vormittag oder Nachmittag ohne Mittagessen)

### 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 Diegruber (N 079 949 76 79) gerne zur Verfügung.



### Anmeldetalon Sommerferien Tennislager vom 18. – 22. Juli und 08. – 12. August 2023

10. - 14. Juli 2023     07. – 11. August 2023  
 ganzer Tag     Vormittag (10.00-12.30 Uhr)     Nachmittag (14.00-16.30 Uhr)

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

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

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

**Geb.:** \_\_\_\_\_ **Email:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_ **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!*