



Anmeldung Herbstferien 2025

Junioren Tennislager

Veranstalter: Act-Sports Tennis Ralf Michel Diegruber

Ort: Tennisclub Lerchenberg 8046 Zürich Lerchenhalde 2

Datum: 13. – 17. Oktober 2025 / Beginn 09:45 Uhr / Ende 16:30 Uhr
Bei schlechter Witterung wird in der Halle trainiert oder ein Alternativprogramm wird zusammengestellt.

Junioren: Zwischen 12 - 18 Jahre

Beteiligung: Mindestens 5 bis 12 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 Begin, direkt via Email an: 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 erhaltet Du nach erfolgter Anmeldung.

Anmeldetalon Herbstferien Tennislager 2025

13. – 17. Oktober 2025

Name: _____ **Vorname:** _____

Strasse: _____ **PLZ, Ort:** _____

Telefon: _____ **Mobile:** _____

Geb.: _____ **Spielstärke:** _____

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.