

Tennis & Surf Camp in Wendtorf/Laboe

18.7. – 22./25.7.2021 für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Vier verschiedene Kurse:

- Kurs 1a: 4 x 1 Trainingseinheit (TE)
Kurs 1b: Erwachsene: abends 5 x 90 min Training (So-Do)
incl. kleine Snacks und Kaltgetränke
Kurs 2: 8 x 1 TE Tennis oder
4 x 1 TE Tennis und 4 x 1 TE Surfen/Stand Up
Paddling, Betreuung von 9.00 – 17.00 Uhr,
Mittagessen Montag bis Donnerstag
Kurs 3: wie Kurs 2 zzgl. Frühstück, Abendessen und
Übernachtung in eigenen Zelten oder im Clubheim

Eine Trainingseinheit besteht aus 30 Minuten Erwärmung und Einschlagen, 60 Minuten Tennistraining und 30 Minuten Fitnesstraining. Kurs 2 und 3 Teilnehmer haben Wasser bzw. Selters und kleine Zwischenmahlzeiten inclusive.

Rahmenprogramm:

Basteln, an den Tri-Tenniswänden spielen, Gesellschaftsspiele spielen und gemeinsam Musizieren etc. Kurs 3 auch: Mini-Golf, Lagerfeuer etc.

Kurs 1a: 70,-€
Kurs 1b: 70,-€

Kurs 2: 180,-€*
*Wassersport + 30,-€

Kurs 3: 210,-€*
*Wassersport + 30,-€

Das Startgeld für den Ostsee Cup ist inclusive!!



Zeitlicher Ablauf:

Sonntag 18.07.

Anreise 10-12.00 Uhr

Begrüßung 12.00 Uhr

Trainingsstart:
13.00 Uhr

Montag -Donnerstag

Trainingsprogramm

Donnerstag
13-14.00 Uhr Abreise

Freitag bis Sonntag
23.-25.7.2021

Teilnahme am

Ostsee Cup

(größtes und schönstes
Jugendturnier
Norddeutschlands)

Anmeldungen/ weitere Informationen unter:
Roland Heinrich, 0163/4708494, Roland.Caro@gmx.de