



### Koordinationstraining:

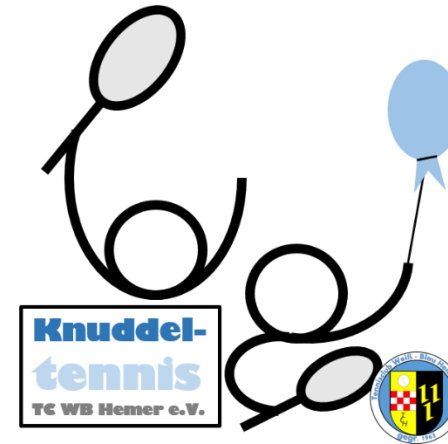
- Jede Trainingsgruppe kommt innerhalb der Trainingswoche einmalig in den Genuss einer Koordinationstrainingseinheit.

### Abschlussturnier:

- Am letzten Tag jeder Woche findet ein Abschlussturnier statt, bei dem die Gruppen untereinander gemischt werden. Die Inhalte der Turniere der beiden Kurse unterscheiden sich voneinander:
  - **Kurs 1:** GrandSlam- Duell
  - **Kurs 2:** Großmeistertraining

### Grillfreitag:

- Das Abschlussgrillen findet im Anschluss an das Abschlussturnier statt. Da dieses die Siegerehrung beinhaltet, begrüßen wir alle Familien etc., am Grillen teilzunehmen
- Der Grill wird um 12:30 Uhr angeworfen
- Die Siegerehrung des Abschlusstages sowie der einzelnen Gruppen erfolgt ab ca. 13:30 Uhr



## Jugend – Ferientraining 2019

12. – 16. August 2019

&

19. – 23. August 2019

<b>Ort</b>	TC Weiß-Blau Hemer e.V.
<b>Datum</b>	<b>Termin 1</b> Montag 12.08.2019 - Freitag 16.08.2019 <b>Termin 2</b> Montag 19.08.2019 - Freitag 23.08.2019
<b>Uhrzeit</b>	09:00-14:00 Uhr
<b>Teilnehmer</b>	max. 42 Personen Training in Gruppen von maximal: 6 Personen (8 bei Anfängern)
<b>Regen</b>	Training in verschiedenen Hallen
<b>Preis</b>	€ 80,00 je Teilnehmer  für Anfänger (bis ca. 10 Jahre) wird das Programm gekürzt und endet nach dem Mittagessen (12:45 Uhr) € 65,00 je Anfänger
<b>Mittagessen</b>	je €3,50 von Montag bis Donnerstag am Freitag erfolgt ein Abschlussgrillen mit gesonderter Anmeldung
<b>Anmeldung</b>	bis zum 09. August 2019 telefonisch an Cedric Kleymann (tel. 0177/ 4 91 47 19)

## Tagesablauf

<b>09:00</b>	Tagesbesprechung
<b>09:15</b>	Aufwärmtraining
<b>09:30</b>	1.Tennis-Trainingseinheit
<b>10:45</b>	Frühstückspause <i>!!! Bitte den Kindern ein Frühstück mitgeben !!!</i>
<b>11:00</b>	2.Tennis-Trainingseinheit
<b>12:15</b>	Mittagessen
<b>12:45</b>	Turnierzeit (Einzel/Doppeltturnier)

## Wochenplan

<b>Montag - Mittwoch</b>	Techniktraining - erlernen & verbessern der Grundschläge
<b>Donnerstag</b>	Taktiktraining & Spezialschläge
<b>Freitag</b>	Abschlussturnier <b>Grillen &amp; Siegerehrung</b>