



Trainingsvertrag

Jugendturniertennis

Wintersaison - 1. November 2023 bis 20. April 2024

TECHNIK I - Bausteine **A + B** (120 Minuten pro Woche)

Teilnehmer: 1 280 € mtl. + Halle 168 € mtl.
 2 140 € mtl. + Halle 84 € mtl.

TECHNIK II - Bausteine **B + C** (120 Minuten pro Woche)

Teilnehmer: 2 137 € mtl. + Halle 84 € mtl.
 3/4 91 € mtl. + Halle 56 € mtl.

TECHNIK III - Bausteine **C + D** (120 Minuten pro Woche)

Teilnehmer: 5/6 56 € mtl. + Halle 68 € mtl.
 7/8 42 € mtl. + Halle 49 € mtl.

TECHNIK IV - Baustein **E** (90 Minuten)

Teilnehmer: 6/8 kostenfrei + Halle 25 € mtl.

TECHNIK V - Baustein **F** (60 Minuten)

Teilnehmer: offen Buchung nach Absprache

A	Technikentwicklungstraining, Warm Up
B	Technikanwendungstraining, Taktik, Schnelligkeit
C	Bilaterales Training auf 2 Plätzen
D	Spielsituation, Kraft, Drills, Ausdauer
E	Bilaterales Mannschaftstraining auf 2 Plätzen
F	Matchtraining 5 Stunden Platz Abo Empelde