

Fit-Club

Fit-Club

„Ambitionierte Spieler“

- I Gruppen-Trainingseinheit Tennis mit maximal 3-4 Teilnehmern (90 min.) pro Woche
- I Einheit tennisspezifisches Fitness- und Lauftraining (60 min) pro Woche
- I Nordic Walking pro Monat
- I Videoanalyse je Quartal
- I Turnierabend je Quartal inkl. Turnierverpflegung
- I Spielstärkenermittlung nach internationalen Richtlinien der ITF je Quartal

€ 159,00 pro Erwachsenem pro Monat

„Spielend gesund & fit“



Mannschaftsspieler / Verein

Daneben bieten wir für einzelne Mannschaftsspieler, Mannschaften und Vereine speziell nach deren Interessen abgestimmte Trainingsangebote an, die Sie bei Bedarf bei uns erfragen können.

TENNIS + AKADEMIE Rhein-Neckar

Dr. Hch. Winter Str. 17
64646 Heppenheim

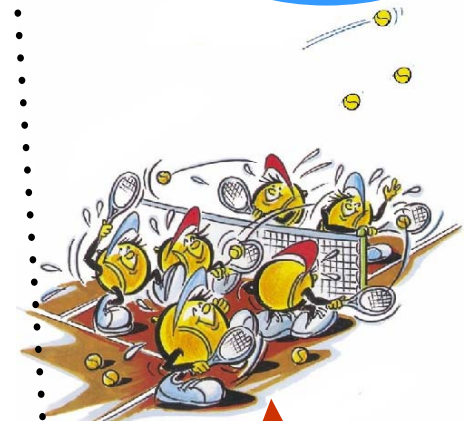
•Moderne 5-Feld Tennisanlage •
• VDT - DTB lizenzierte Tennisschule •

Telefon: 06252 - 72861
Fax: 06252 - 72861

E-mail: info@tennisplusakademie.de
Web: www.tennisplusakademie.de

Tennis, Spaß
und mehr !!!

Fit - Club
Erwachsene



Tennis - mein Hobby Nr. 1

In der Fernsehsendung „Quer“ des Schweizer-Fernsehens wurde ein etwas älterer Gast gefragt, was er in seinem Leben gerne noch tun möchte - seine Antwort lautete: Tennis spielen.

Wie dieser jung gebliebene Senior, gibt es viele, die gerne Tennis spielen und einige, die ihre Fähigkeiten durch Training ausbauen möchten - es fehlen aber die massgeschneiderten Angebote. Solche Möglichkeiten werden durch die **„TENNIS+AKADEMIE Rhein-Neckar“** geschaffen, wobei - vor allem auch - an die Neueinsteiger, die Wieder- und Quereinsteiger und Mannschaftsspieler gedacht wird.

Unsere Philosophie ist darauf angelegt, in der Gruppe zu trainieren. Das Spielen in der Gruppe erleichtert Lernprozesse, steigert die gemeinsame Motivation. Neben dem Tennistraining möchten wir durch vielfältige Angebote Ihr persönliches Wohlbefinden steigern.

Weil die frei verfügbare Zeit im fortgeschrittenen Alter steigt, nimmt auch die Bedeutung einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung zu.

Sport- und Bewegungsangebote spielen dabei eine ganz besondere Rolle. Sie leisten einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit, zur Unabhängigkeit und Mobilität der Menschen. Sporttreibende werden weniger schnell pflegebedürftig und entlasten damit das Gesundheitswesen massgeblich.

Fit-Club „Neueinsteiger“

- 1 Gruppen-Trainingseinheit Tennis mit maximal 4-6 Teilnehmern (60 min.) pro Woche
- 1 Lauf-Workshop pro Monat
- 1 Nordic Walking-Kurs pro Monat
- 1 Spieleabend je Quartal

€99,00 pro Erwachsenem pro Monat

Fit-Club „Wiedereinsteiger“

- 1 Gruppen-Trainingseinheit Tennis mit maximal 3-4 Teilnehmern (90 min.) pro Woche
- 1 Lauf-Workshop pro Monat
- 1 Nordic Walking-Kurs pro Monat
- 1 Turnierabend je Quartal inkl. Turnierverpflegung
- 1 Spielstärkenermittlung nach internationalen Richtlinien der ITF je Quartal

€129,00 pro Erwachsenem pro Monat

