

## THC Brühl Ostercamp 2011 – 18.04.-21.04.2011

### Beschreibung

Die ALL IN TENNIS ACADEMY ist eine professionell strukturierte Tennisakademie die es sich zur Aufgabe gemacht hat Kindern die Möglichkeit zu geben sich sportlich zu betätigen, hierbei wird besonders auf eine gute koordinative und motorische Ausbildung geachtet.

Beim Tenniscamp dürfen Kinder und Jugendliche von 5-20 Jahren teilnehmen.

### Trainer

Nies Lampe + Trainerteam der ALL IN TENNIS ACADEMY

### Trainingsschwerpunkte

1. Camptag	9:30	Begrüßung, Vorspielen und Einteilung in Gruppen
	10:00-12:00	Rhythmus, Grundschläge (Vorhand und Rückhand)
	12:00-13:00	Mittagessen
	13:00-13:30	Gemeinsames Warm Up
	13:30-15:30	Individuelles Techniktraining von Vorhand und Rückhand
2. Camptag	10:00-12:00	Wiederholung Vortag + Erlernen/ Festigung der Volleytechnik
	12:00-13:00	Mittagessen
	13:00-13:30	Gemeinsames Warm Up
	13:30-15:30	Rhythmus + Angriffsschläge und Volleyübergang
3. Camptag	10:00-12:00	Eröffnung des Punktes, Aufschlag und Return
	12:00-13:00	Mittagessen
	13:00-13:30	Gemeinsames Warm Up
	13:30-15:30	Videoanalyse
	Ab 18:00	Übernachtung auf der Anlage des THC Brühl (Bitte eigene Zelte, Luftmatratze, Decke und Kopfkissen mitbringen)
4. Camptag	10:00-12:00	Matchorientiertes Taktiktraining
	12:00-13:00	Mittagessen
	13:00-13:30	Gemeinsames Warm Up
	13:30-16:00	Turnier mit anschließender Siegerehrung

### Kosten

159,00 € pro Person

Bitte überweisen Sie das Geld spätestens fünf Tage vor Campbeginn auf folgendes Konto:

**Michael Lux; Sparkasse Neuss; Konto: 1000 718 310; BLZ 305 500 00**