

KTG Blau-Gold e.V.

OSTERFERIEN-CAMPS 2021

für Turnierspieler*innen &
Ferien-Kids-Camp



Camp 1: Mo., 29.03., bis Sa., 03.04.2021 (ohne Karfreitag)

Camp 2: Di., 06.04., bis Sa., 10.04.2021

Ort: Kölner Tennisgesellschaft Blau-Gold e.V.,
Neuer Grüner Weg 19A, 50993 Köln

Leitung PTR Professional (höchste US-Lizenz) und
Ingo Roos CARDIO-Tennistrainer DTB/VDT/PTR und sein Team

Tägliches Gruppentraining von 9.30 Uhr – 15.30 Uhr jeweils mit einer Mittagspause von ca. 12.00 Uhr – 13.00 Uhr.

Samstags: Abschlussturniere von 10.00 Uhr – 12.00 Uhr (kein Mittagessen)

Für alle Spielstärken mit folgenden Inhalten:

- Technik- und Koordinationstraining
- Matchtraining, Ausdauertraining
- Tennisspezifisches Fitnessprogramm: Behutsamer Muskelaufbau, gelenkschonende Übungen
- Cardio-Tennis
- Abschlussevent

Preis 219,00 € pro Teilnehmer*in (inkl. Mittagessen + Getränke für 4 Tage)
(Der Preis setzt eine Mindestteilnehmer*innenzahl von 4 Personen pro Camp voraus.)

Info-Hotline: 0172 / 2 03 51 40

eMail: ingo.roos@ktg-blau-gold.de

Anmeldefrist für alle Camps: Samstag, 27.03.2021.



Anmeldung (bitte an Ingo Roos, Ezzostr. 8, 50259 Pulheim)

Name, Vorname (Teilnehmer*in):

Name, Vorname (Erziehungsberechtigte*r):

Anschrift:

Tel.: Geburtsdatum:

Hiermit melde ich **meine Tochter** **meinen Sohn** verbindlich zum

Camp 1 **Camp 2** an.

Datum: Unterschrift: