

Aktivitäten im Sportbund Pfalz

Verein:	TC Weiss Rot Speyer
Ansprechperson:	Jürgen Richter
E-Mail:	events@tennisclub-speyer.de
Telefon / mobil	0163 4513828

Bewegungsangebot 1

Ballschule

Spaß und Freude an der Bewegung für Kids zwischen 4 und 9 Jahre!

Wir bereiten auf spielerische Weise bereits die Jüngsten auf den Umgang mit Ball und Rückschlaggerät

vor. Erste Erfahrungen rund um den Ball stehen im Vordergrund.

Balancieren, Werfen und Fangen sowie Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit stehen auf dem Programm.

24.04.2024	15:00-16:00
08.05.2024	15:00-16:00
15.05.2024	15:00-16:00
22.05.2024	15:00-16:00
29.05.2024	15:00-16:00

Holzstraße 4
67346 Speyer

Bewegungsangebot 2

Mix Inn Zone

Ein Fitness und Konditionsprogramm für alle.

Grundlagen in Fitness für Koordination, Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Stretching in Kombination mit Tennisübungen.

24.04.2024	18:30-20:00
08.05.2024	18:30-20:00
15.05.2024	18:30-20:00
22.05.2024	18:30-20:00
29.05.2024	18:30-20:00
05.06.2024	18:30-20:00

Holzstraße 4
67346 Speyer

Bewegungsangebot 3

Tennis Neueinsteiger Kurs

Tennistraining für Neueinsteiger und Wiedereinsteiger.
Grundlagen des Tennissport inclusive Techniktraining.

07.06.2024	18:00-19:00
14.06.2024	18:00-19:00
21.06.2024	18:00-19:00
28.06.2024	18:00-19:00

Holzstraße 4
67346 Speyer