



En eftermiddag med fokus på Slagteknik

Søndag den 10. juni kl. 13:00 - 16:00

Kerteminde Tennisklub

Trænger du til at få trænet og genopfrisket dine grundlæggende tennisslag? Har du lyst til at gøre det sammen med kvinder fra andre tennisklubber, og under ledelse af kompetente trænere?

Så kom og vær med til en aktiv eftermiddag med fokus på at forbedre dine tennisslag gennem individuelle rettelser samt spilleøvelser i hyggeligt selskab med andre ivrige tenniskvinder på banerne i Kerteminde Tennisklub.

Formål: at øge din bevidsthed om slagteknikken og gøre dine tennisslag mere sikre. Fokus på forhånd, baghånd, serv og flugtninger.

Målgruppe: alle kvinder over 20 år, som ønsker at udvikle deres tennisspil gennem systematisk træning.

Program:

Vi mødes præcis kl. 13.00 på banen omklædte og klar til opvarmning. Herefter får alle på skift slaginstruktion i grupper, mens de øvrige deltagere får spilleopgaver på de andre baner.

Undervejs frugt, kaffe/te, kage eller brød.

Og for de friske er der mulighed for en dukkert i Storebælt efter træningen.

Pris: 150.- inkl. kaffe/te, kage/brød og frugt.

Tilmelding på www.ftutennis.dk – senest onsdag d. 6. juni 2018

Antal pladser: 16

Trænere: Trine Bassett og Lena Sønder Snogdal

Kontaktperson: Trine Bassett på mail: tpbassett@hotmail.com

Kerteminde TK: <https://www.kerteminde-tennisklub.dk> – Heidi Bjerre: hbl@live.dk

Vi glæder os til at se jer - med sportslige hilsner

Birgit, Agi & Sandie (Det Fynske Kvindetennisudvalg)

