

Serv, serveretur samt pointspil
SØNDAG d. 15. marts kl 11.00 – 14.30

Odense Tennis Center, Windelsvej 138, Odense

Dette er vinterens mulighed for at komme nærmere til superserver, retnings-bestemte returneringer og øve tennisslagene i spilsituationer med og uden point – altså optimering af nogle af de svære og vigtige 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 nogle aktive timer med dette fokus med både instruktion og spilleøvelser i hyggeligt selskab på banerne i Odense Tennis Center.

Formål: at få trænet teknikken i serv – både 1. og 2. serv – og få bedre forståelse for servereturneringen samt at arbejde med tennisspillet gennem forskellige øvelser med og uden point.

Målgruppe: alle kvinder over 20 år, der ønsker at give serv og servereturnering et kærligt eftersyn samt spille med og mod andre ivrige tenniskvinder.

Program:

Vi mødes omklædte på banen og klar til opvarmning kl. 11.00.

Herefter får alle på skift slaginstruktion i grupper ved trænerne og spilleøvelser på de andre baner.

Undervejs en frugtpause og kl. 14 evaluering over sandwich.

Pris: 240,- kr inkl. frugt og sandwich.

Tilmelding til Birgit: bblund@godmail.dk med Navn, Telefon, Klub og Niveau – **senest mandag d. 9. marts 2026**

Du er først tilmeldt, når du har modtaget en bekræftelse, og derefter skal du betale:

Betaling senest 9.3. på Mobile Pay: 386332 – Skriv: Kvinde 15.3.

Antal pladser: min. 16 – max. 24 deltagere

Træner: Birgit Brink Lund og Juliane Færgemann

Kontaktperson: Birgit Brink Lund - mail: bblund@godmail.dk

Vi glæder os til at se jer - med sportslige hilsner

Agi & Birgit - Fynsk Kvindetennis (Facebook)