

Tenniscamp Osterferien 2010

Bol – Insel Brac / Kroatien

Termin: Samstag, **03.04.2010** - Samstag, **10.04.2010**
(Flug ab/an Köln nach Split)

Ort: **Bol, Insel Brac / Kroatien**

Hotel: **Bluesun Grand Hotel Elaphusa** (4 Sterne+ Hotel)

Es sind Doppel-, Dreibettzimmer und Appartements alle mit Vollpension+ vor-reserviert. Das Essen wird morgens, mittags und abends als Buffet gereicht. Einzelzimmer können gebucht werden. Hotelprospekt auf Anfrage!

Trainingsprogramm:

Das Trainingsprogramm wird in verschiedene Bereiche aufgeteilt:

1. Techniktraining

- Stabilisierung
- Variabilität

2. Taktiktraining

- taktische Verhaltensmuster

3. Konditionstraining

- Dehnprogramm
- Ausdauer

4. Psychologisches Training

Je nach Spielstärke und Zielsetzung der Teilnehmer wird das Programm auf die jeweils trainierende Gruppe abgestimmt. Die Trainingsgruppen werden in Bol leistungsgerecht zusammengestellt, so dass vom Anfänger bis zum Turnierspieler jeder seinen Fähigkeiten entsprechend trainiert werden kann.

Trainiert wird mit max. 4 Schülern und einem Lehrer pro Platz. Das Trainingsprogramm umfasst mindest. 10 x 60 Min. Training + tägliches Matchtraining.

Extras: Für alle Interessenten bieten wir zusätzliches Tennistraining und ein abgestimmtes Stabilisierungs- und Koordinationstraining an. Ganztägige Betreuung der Jugendlichen durch unsere Mitarbeiter.

Spezialtipp: Es sind neue **Super-Wellness-Pakete** im **Grand Hotel Elaphusa** buchbar.

Preise: ab **769.- €** **Jugendliche bis 17 Jahre**

ab **889.- €** **Erwachsene**

Preise für Familien, Begleitpersonen (ohne Tennisarrangement) und Kinder unter 14 Jahre auf Anfrage. Der Erwachsenenpreis richtet sich nach der Zimmerwahl. Es können Appartements, Doppelzimmer, Superior DZ (32qm) mit und ohne Balkon, jeweils mit Berg- oder Meerblick gebucht werden.

Anmeldung auf beiliegendem Anmeldeformular bis zum **11.11.2009**. Bei späteren Anmeldungen verfällt der Vorverkaufsabschluss!