

Morgonpigga gänget lördagar 1.0 intensivkurs

Efter en mycket uppskattad kurs under fem torsdagar i höst, så utökar vi konceptet till ytterligare en bokningsbar dag! Fem lördagar med start **v.4 25/1** och sista tillfälle **v.10 8/3 (uppehåll 8/2, 15/2)**. Fokus kommer ligga på teknik grundslag och serve med mycket spelövningar. Första två tillfällena blir det extra mycket teknik- slagträning, för att därefter övergå mer och mer mot fartfyllda spelövningar. Tanken med dessa träningspass är att ha roligt och svettas tillsammans samtidigt som vi ska utveckla och förbättra våra slag. Ta med racket och skorna – morgonkaffet finns i hallen!

Info:

Träningsgrupperna delas in efter nivå så jämna som möjligt och minsta antal deltagare per grupp är tre spelare för att kursen ska bli av. Totalt 8 platser. Två bokningsbara tider – först till kvarn!

Tider:

Grupp 1: 08:00-09:00

Grupp 2: 9:00-10:00

Datum:

25/1

1/2

OBS: UPPEHÅLL 8/2, 15/2

22/2

1/3

8/3



Plats: Norrtälje tennisklubb (roden).

Anmälan: Mail till hampus_ohberg@hotmail.com.

Kostnad: 875:- per person.

Betalning sker i samband med anmälan och görs med swish på: 1236794408 (Proakt Naprapati AB). Det går alldeles utmärkt att nyttja sitt friskvårdsbidrag till kursen.

Vid frågor/funderingar hör av er på 070-7327116.

Vi ses i hallen!