

## Anmeldung Sommerferien 2025 Junioren Tennis Camps

**Veranstalter:** Act-Sports Ralf Diegruber

**Ort:** Tennisclub Steckborn  
8266 Steckborn Walche

**Datum:** 07. – 11. Juli 2025 und 04. – 08. August 2025 - Beginn 10:00 Uhr / Ende 16:00 Uhr  
Bei schlechter Witterung wird in der Halle trainiert oder ein Alternativprogramm zusammengestellt.

**Junioren:** Zwischen 5 - 15 Jahre

**Beteiligung:** Mindestens 8 bis 22 Teilnehmer

**Richtlinien:** Die Junioren werden absolut individuell nach ihren physischen und motorischen Fähigkeiten geschult, korrigiert und gefördert. Laufschulung und Differenzialtraining sind tägliche Bestandteile des Lagers! Wir trainieren jeweils 4 Stunden pro Tag, insgesamt 20 Stunden die Woche.

**Leistungen:** Bälle, Testschläger, Trainingsausrüstung und Platzgebühren sind inbegriffen.

**Anmelden:** **Bis zwei Wochen vor Kurs Beginn, direkt via Email an:** [ralf.diegruber@bluewin.ch](mailto:ralf.diegruber@bluewin.ch)

**Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmer

**Kosten:** CHF 400.- ganzer Tag (inkl. Mittagessen, Erfrischung, Snacks und Früchte in der Pause)  
CHF 175.- halber Tag (Vormittag oder Nachmittag ohne Mittagessen)

### Kurs Ablauf Ganzer Tag:

09:45 - Eintreffen Kursteilnehmer  
10:00 - Polysportives Programm  
10:30 - Erste kleine Pause (15 Minuten)  
10:45 - Tennis Lektionen  
12:30 - Mittagessen - Pause  
13:30 - Tennis Lektionen  
15:30 - Tennis - Freies Spielen  
16:00 - Ende

Genauere Informationen über den Lagerablauf erhaltest Du nach erfolgter Anmeldung.  
Bei allfälligen Fragen steht Dir Ralf Diegruber (N 079 949 76 79) gerne zur Verfügung.



### Anmeldetalon Sommerferien Tennislager vom 07. – 11. Juli und 04. – 08. August 2025

07. - 11. Juli 2025     04. – 08. August 2025  
 ganzer Tag     Vormittag (10.00-12.00 Uhr)     Nachmittag (14.00-16.00 Uhr)

**Name:** \_\_\_\_\_ **Vorname:** \_\_\_\_\_

**Strasse:** \_\_\_\_\_ **PLZ, Ort:** \_\_\_\_\_

**Telefon:** \_\_\_\_\_ **Mobile:** \_\_\_\_\_

**Geb.:** \_\_\_\_\_ **Email:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_ **Unterschrift:** \_\_\_\_\_

**Wir würden uns sehr freuen, Dich in unserem Juniorencamp begrüßen zu dürfen**

*Diese Anmeldung gilt als definitive Anmeldung! Keine Rückerstattungen möglich! Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer! Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung des Kursbeitrages bis spätestens 2 Wochen vor den ersten Trainingseinheiten!*