



# Anmeldung Sommerferien 2025

## Junioren Tennislager

**Veranstalter:** Act-Sports Tennis Ralf Michel Diegruber

**Ort:** Tennisanlage Fronwald 8046 Zürich Fronwaldstrasse 115

**Datum:** 14. – 18. Juli 2025 / 11.– 15. August 2025, Beginn 09:45 Uhr / Ende 16:30 Uhr  
Bei schlechter Witterung wird in der Halle trainiert oder ein Alternativprogramm zusammengestellt.

**Junioren:** Zwischen 12 - 18 Jahre

**Beteiligung:** Mindestens 5 bis 12 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 ½ Stunden pro Tag, insgesamt 20 Stunden die Woche. Mittwochnachmittag polysportiver Tag.

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

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

**Kosten:** CHF 520.00 (inkl. Mittagessen, Erfrischung, Snacks und Früchte in der Pause)

### 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 (1:30)

14:00 - Tennis Lektionen

15:30 - Zweite kleine Pause (15 Minuten)

15:45 - Tennis Lektionen

16:30 - Ende / Freies Weiterspielen sofern Plätze verfügbar

Genauere Informationen über den Lagerablauf erhaltest Du nach erfolgter Anmeldung.

### Anmeldetalon Sommerferien Tennislager 2025

14. – 18. Juli 2025     11. – 15. August 2025    oder     Beide Lager

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

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

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

**Geb.:** \_\_\_\_\_ **Spielstärke:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_ **Email:** \_\_\_\_\_

**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.

**Act-Sports**  
**Ralf Michael Diegruber**  
**Schlossgasse 3**  
**8268 Salenstein**  
**Thurgauer Kantonalbank**

**N +41 79 949 76 79**  
**info@act-sports.ch**  
**act-sports.ch**

**IBAN Nr.: CH41 0078 4254 0209 42001**