



---

## Sommercamp THC Brühl – 12.08.- 15.08.2024

### Beschreibung

Das Trainerteam der Tennisschule richtet auch in diesem Jahr ein Sommercamp aus. Dieses wird zum o.g. Zeitpunkt stattfinden. Es werden technische, wie auch taktische und konditionelle Aspekte des Tennissports gefordert und trainiert. Das Tenniscamp ist für Kinder und Jugendliche im Alter von 5-20 Jahren geeignet.

### Trainer

Nies Lampe + Andy Blair + Trainerteam

### Trainingsschwerpunkte

**Je nach Campgröße, behält sich die Tennisschule das Recht vor, das Programm abzuändern.  
Jeder Camptag beinhaltet Konditionstraining sowie verschiedene Sportspiele.  
Bei großer Hitze wird eine Wasserschlacht organisiert.**

<b>1. Camp-Tag</b>	09:55	Begrüßung, Einteilung in Gruppen
	10:00-12:00	Stabilisation der Grundschläge: Vor- und Rückhand
	12:00-13:15	Mittagessen
	13:15-13:30	Warm-Up
	13:30-15:30	„Drills“
<b>2. Camp-Tag</b>	10:00-12:00	Volley (Vorhand + Rückhand) & Smash
	12:00-13:15	Mittagessen
	13:15-13:30	Warm-Up
	13:30-15:30	Konter- und Passierschläge
<b>3. Camp-Tag</b>	10:00-12:00	Service & Return
	12:00-13:15	Mittagessen
	13:00-13:30	Warm-Up
	13:30-15:30	Situatives Spielen - Matchtraining
<b>4. Camp-Tag</b>	10:00-12:00	Warm-Up, Start des Turniers
	12:00-13:00	Mittagessen
	13:00-14:30	Turnier
	14:30-15:00	Siegerehrung

### Kosten

229,00 Euro pro Person Anmeldeschluss 12.07.2024 (Anzahl der Campteilnehmer begrenzt!). Bitte bringen Sie das Geld bar am 1. Camptag mit oder überweisen sie das Geld spätestens 10 Tage vor Campbeginn auf folgendes Konto): Tenniscenter Schiefbahn; Sparkasse Bersenbrück; **IBAN DE46265515400112127105**; BIC NOLADE21BEB

Tenniscenter Schiefbahn + Bolzplatzweg 5 + 47877 Willich

nies\_lampe@hotmail.com



---

## Sommercamp THC Brühl – 12.08.- 15.08.2024

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Sommercamp 2024 in Brühl an. Ich verpflichte mich, die Teilnahmegebühr in Höhe von 229,00 Euro 10 Werktagen (oder in Bar am ersten Campstag) vor Campbeginn auf unten genanntes Konto zu überweisen.

### BITTE ANMELDUNG KOMPLETT AUSFÜLLEN (DRUCKBUCHSTABEN)

Spielstärke (Bitte ankreuzen)

- Anfänger
- Anfänger mit Vorkenntnissen
- Fortgeschrittener

Spielfeld (wenn bekannt ankreuzen)

- Mini
- Maxi
- Großfeld

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse Nr. \_\_\_\_\_

PLZ Ort \_\_\_\_\_

Tel \_\_\_\_\_

Geb. Dat. \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Ort, Datum \_\_\_\_\_

---

Unterschrift Erziehungsberechtigter

### Kontodaten

Tenniscenter Schiefbahn; Sparkasse Bersenbrück; **IBAN DE46265515400112127105**; BIC NOLADE21BEB