

# HIGHLIGHTS DER SOMMERSAISON 2019

Diese Angebote gelten auch für Nichtmitglieder des Vereins:

## SCHNUPPERKURSE (für Anfänger und Wiedereinsteiger)

### 5 Termine

Preis: € 60 (inkl. 19 % MwSt.)

1 kostenloser Schnuppertermin

KINDER / JUGENDLICHE / ERWACHSENE  
nach Vereinbarung

## ERWACHSENENTRAINING

Täglich möglich, nach individueller Absprache

## TENNISCAMPS

auf der Anlage des TC Ketsch und TC St. Leon

Preis: € 185,- inkl. 19 % MwSt. und Mittagessen

**PFINGSTEN:** 11. bis 15. Juni 2019

**SOMMER:** Camp I: 29. Juli bis 02. August 2019  
Camp II: 02. bis 06. September 2019

**HERBST:** 28. bis 31. Oktober 2019

### OSTERCAMP IN SÜDTIROL:

13.04 -20.04.2019

## ATHLETIKTRAINING

Kondition, Fitness und Verletzungsprophylaxe



### KOKO'S TENNIS & MORE

Korina Perkovic  
Tennistrainerin

Ortsstraße 4  
69168 Schatthausen  
T 0 152 | 54 30 66 21  
E koko@tennis-and-more.info

[www.tennis-and-more.info](http://www.tennis-and-more.info)

Korina Perkovic, geboren am 14. April 1987 in Frankfurt gewann in Ihrer Tenniskarriere drei ITF-Einzeltitel und insgesamt sieben ITF-Doppeltourniere auf der WTA-Tournee. Im Einzel erreichte sie im Jahr 2007 ihre beste Platzierung in der Damen-Weltrangliste mit Position 339. In der Doppelwertung stieg sie durch ihre Erfolge im Jahr 2008 sogar bis auf Platz 299 in der Weltrangliste auf.

## VEREIN & TRAININGSORT



### Tennis-Club St. Leon 1971 e.V.

Kronauer Str. 112  
68789 St. Leon-Rot

T: 06227/ 5 14 13  
E: [vorstand@tc-stleon.de](mailto:vorstand@tc-stleon.de)

in Kooperation mit:

**club solution**

Lösungen für Ihren Verein

[www.club-solution.de](http://www.club-solution.de)



AKTUELLE INFORMATIONEN ZUM TENNISTRAINING  
**SOMMERSAISON**

APRIL - SEPTEMBER 2019



# TRAININGSANGEBOT JUGEND

## BASIC

Anfängerbereich

## ADVANCED

Fortgeschrittenenbereich

## TUTORIUM

Kostenloses Zusatztraining

Die Tennisschule **Koko's Tennis & More** Korina Perkovic, unterstützt alle am Tennissport Interessierten dabei, ihre individuellen Spielfähigkeiten optimal zu entfalten und zu erweitern.

Unsere Tätigkeit basiert auf der Überzeugung, dass ein sinnvolles Training systematisch, regelmäßig und langfristig aufgebaut sein muss. Daher bieten wir den Spielern/innen des gleichen Leistungsniveaus die Möglichkeit, altersunabhängig miteinander zu trainieren. So entwickeln die Jugendlichen ein Gefühl für die eigene Spielstärke und motivieren sich gegenseitig.

Zur praktischen Umsetzung dieses Konzepts bieten wir in der Sommersaison 2019 ausschließlich  **feste Trainingszeiten**  an. Ein klarer Vorteil dieser Regelung liegt in der Flexibilität: Die Jugendlichen können sich im Rahmen ihrer Einstufung in die Gruppen  **Basic und Advanced Club**  aus mehreren Terminen einen Trainingstag und eine Trainingszeit auswählen und so frühzeitig planen. Die Anzahl der Teilnehmer pro Trainingstermin wird begrenzt sein – daher ist eine schnelle Anmeldung empfehlenswert!

Unser Konzept sieht außerdem vor, dass Jugendliche, die am Training teilnehmen und Mitglieder des TC St. Leon sind, ein  **kostenloses Tutorium**  besuchen können.

Neben den spielerischen Fähigkeiten werden hier vor allem die Kondition und Koordination trainiert.

Bei allem Trainingsfleiß darf allerdings auch der Spaß nicht zu kurz kommen! Daher haben wir ein paar Highlights für den Sommer geplant. Lasst euch überraschen!

Wir freuen uns auf eine schöne Sommersaison mit euch!

**Eure Koko**

Technikerwerbstraining; Training sportmotorischer Fähigkeiten; tennisspezifische Fertigkeiten: Vorhand, Rückhand und Aufschlag

Trainingstermine:

Mi: 14:00 - 15:00 Uhr  
15:00 - 16:00 Uhr  
16:00 - 17:00 Uhr

Do: 17:00 - 18:00 Uhr  
18:00 - 19:00 Uhr  
19:00 - 20:00 Uhr

Fr: 14:00 - 15:00 Uhr  
15:00 - 16:00 Uhr  
16:00 - 17:00 Uhr

Preis pro Kurs (15 Termine):  
**€ 214,20** inkl. 19 % MwSt.



Variationstraining zur Vertiefung des technischen Könnens; Training von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination; Einüben taktischer Spielzüge.

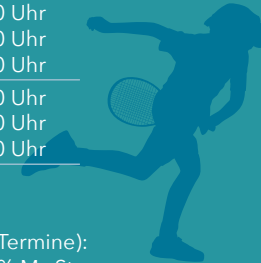
Trainingstermine:

Mi: 17:00 - 18:00 Uhr  
18:00 - 19:00 Uhr  
19:00 - 20:00 Uhr

Do: 14:00 - 15:00 Uhr  
15:00 - 16:00 Uhr  
16:00 - 17:00 Uhr

Fr: 17:00 - 18:00 Uhr  
18:00 - 19:00 Uhr  
19:00 - 20:00 Uhr

Preis pro Kurs (15 Termine):  
**€ 214,20** inkl. 19 % MwSt.



Verbesserung der spielerischen Fähigkeiten, der Kondition und der Koordination.

Trainingstermine:

**BASIC:**  
Die: 15:00 - 16:30 Uhr

**ADVANCED**  
Die: 16:30 - 18:00 Uhr

**Kostenloses Zusatztraining** für Trainings-  
teilnehmer die auch Mitglied im Verein sind.



## WEITERE TRAININGSANGEBOTE

**EINZELTRAINING** (Individuell abgestimmtes Training) Termine und Preise auf Anfrage

## ANMELDEINFORMATIONEN

Das Sommertraining findet auf den Tennisplätzen des TC St. Leon statt. In den Schulferien und an Feiertagen ist kein Training. Die Teilnehmerzahl pro Trainingstermin ist begrenzt.

Schaut am besten gleich, welcher Trainingstermin in euren Zeitplan passt und meldet euch an – je früher desto besser! Sobald die Planung abgeschlossen ist, erhaltet ihr eure aktuelle Trainingszeit und weitere Informationen!

### WICHTIG!

Anmeldungen für das Sommertraining müssen bis spätestens 27. März 2019 online über das Anmeldeformular auf: [www.tennis-and-more.info/anmeldung](http://www.tennis-and-more.info/anmeldung) erfolgen.