



Tennisclub Aarau
seit 1900

FIT FOR KIDS

Der Tennisclub Aarau legt grossen Wert auf eine vielseitige Grundausbildung. Dazu gehört die Tennistechnik, eine gute Kondition und eine optimale Koordination. Zusätzlich zum Tennistraining wird in unserem Fitnesskurs die Kraft, die Schnelligkeit, die Ausdauer und die Beweglichkeit mit viel Spass und Freude trainiert. Als Trainingsinhalt wird es Einlaufen, Circuittraining und Spiele geben.

Trainer: Isabelle Grimm

Wann: 26. April – 27. September 2010 (18 Wochen)

Zeit: 18:00 – 19:00

Ort: Turnhalle Aareschulhaus, Scheibenschachen, Aarau

Kosten: Fr. 120.- für die ganze Saison

Teilnehmerzahl: Mindestens 6 Teilnehmer

Bestimmungen:

- Das Fit for Kids ist für alle TCA-Kadermitglieder obligatorisch. Für alle anderen Junioren ist es freiwillig.
- Während den Schulferien findet kein Training statt
- Versicherung ist Sache der Teilnehmer

----- ✂ -----

ANMELDUNG FIT FOR KIDS 2010

Name: _____ Vorname: _____

Unterschrift:

