

SC Vöhringen 1893 e.V.

vertreten durch den 1. Vorsitzenden Christoph Koßbiehl
Sportparkstraße 10, 89269 Vöhringen
Tennisschule, Leiter Michal Mandrysz, Telefon: 0173 / 9819581
Abteilungsleiter Tennis: Marc Schmid, Telefon: 0151 / 18833695
www.scv-tennisschule.de



FIT FÜR DEN MATCHBALL

JEDER kann teilnehmen!

Kalorien verbrennen

Fitness verbessern

Tennis spielen



CARDIO TENNIS

Kursangebot Frühling 2018

Leistungsumfang: 4 Trainingseinheiten á 60 Minuten

Ort: SCV-Tennisarena Vöhringen

Cardio Tennis Trainerin: Sandra Mayer

Kosten: **35,00 EUR pro Person für SCV- und TSV-Mitglieder**
45,00 EUR pro Person für Nichtmitglieder
inklusive Tennisplatzgebühren

Termine:	Samstag	03.03.2018	18:00 bis 19:00 Uhr
	Samstag	10.03.2018	18:00 bis 19:00 Uhr
	Samstag	24.03.2018	18:00 bis 19:00 Uhr
	Samstag	14.04.2018	18:00 bis 19:00 Uhr

Anmeldeschluss: 22.02.2018

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

Weitere Infos: Sandra Mayer
Tel. 0176 50496035 oder 07306 33725
sandra.mayer@scvoehringen-tennis.de



ANMELDUNG - CARDIO TENNIS

Kursangebot Frühling 2018

Hiermit melde ich mich für den obigen Kurs an.

Personalien des Teilnehmers

.....
Vor- und Zuname geboren am

.....
Straße und Hausnummer PLZ und Wohnort

.....
JA NEIN

.....
Mail-Adresse Mitglied SCV Abteilung Tennis/TSV Illertissen

.....
Wichtig!- Wo sind Sie tagsüber zu erreichen? Telefon privat Telefon geschäftlich

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Tennisabteilung des SC Vöhringen 1893 e.V., die fälligen Beträge laut Vertragsbedingungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Tennisabteilung des SC Vöhringen 1893. e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Die Abbuchung erfolgt unter Nennung der Gläubiger-Identifikationsnummer DE67ZZZ00000346896 mit Angabe der Mandatsreferenz (diese wird separat per Post vor der ersten Abbuchung mitgeteilt).

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung der belasteten Beträge verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Meine Bankverbindung lautet:

.....
Kreditinstitut Vor- und Zuname des Kontoinhabers

IBAN: DE _____

.....
Ort, Datum Unterschrift

SC Vöhringen 1893 e.V.

vertreten durch den 1. Vorsitzenden Christoph Koßbiehl
Sportparkstraße 10, 89269 Vöhringen
Tennisschule, Leiter Michal Mandrysz, Telefon: 0173 / 9819581
Abteilungsleiter Tennis: Marc Schmid, Telefon: 0151 / 18833695
www.scv-tennisschule.de



Was ist CARDIO TENNIS?

CARDIO TENNIS ist ein Gruppentraining, das Tennis und Fitnesstraining miteinander vereint. Alle Spieler auf dem Platz sind in Bewegung, schlagen Bälle, trainieren die Koordination oder springen Seil zum Rhythmus der Musik. Jeder Spieler wird gefördert und erhält unabhängig von seinem persönlichen Können ein effektives Herz-Kreislauf-Training.

Welche Vorteile bietet CARDIO TENNIS?

Ein Work-Out in der Gruppe und mit motivierender Musik macht mehr Spaß als Training an Geräten oder andere Fitnessaktivitäten.

Die Teilnehmer halten ihre Herzfrequenz kontinuierlich im aeroben Bereich, so dass ein effizientes Herz-Kreislauf-Training ermöglicht wird.

Spieler unterschiedlicher Spielstärken (auch Anfänger) können zusammen trainieren und Spaß erleben.

Durch das Tennis spielen und die weiteren Aktivitäten werden viele Muskelgruppen trainiert und gestärkt.

Das eigene Tennisspiel verbessert sich bei jedem ganz automatisch, da die Anzahl der gespielten Bälle und die Wiederholungen verschiedener Schläge sehr hoch sind.

CARDIO TENNIS

ist FITNESS, GESUNDHEIT und SPASS für ALLE!