

Tischtennis-Intensivkurse

unter der Leitung von Zsolt Hollo

Ort Bahnhofstrasse 126, 8620 Wetzikon

Datum & Zeit Tages- und Abendkurse. Jeden Tag von **Sonntag, 27. Dezember 2020 bis Mittwoch, 30. Dezember 2020**. Anmeldung für einen oder mehrere Kurse möglich.

Trainerteam



Zsolt Hollo (ehem. ungarischer Nationalspieler, Berufstrainer, beste WR Pos. 86)

Norbert Tofalvi (ehem. ungarischer Nationalspieler, Berufstrainer, A20)

Trainingszeiten

27. Dezember (Sonntag)		28. Dezember (Montag)		29. Dezember (Dienstag)		30. Dezember (Mittwoch)	
Kurs 1	09:00 - 11:00	Kurs 4	09:00 - 11:00	Kurs 7	09:00 - 11:00	Kurs 10	09:00 - 11:00
	11:30 - 13:30		11:30 - 13:30		11:30 - 13:30		11:30 - 13:30
Kurs 2	14:00 - 16:00	Kurs 5	14:00 - 16:00	Kurs 8	14:00 - 16:00	Kurs 11	14:00 - 16:00
	16:30 - 18:30		16:30 - 18:30		16:30 - 18:30		16:30 - 18:30
Kurs 3	19:00 - 21:30	Kurs 6	19:00 - 21:30	Kurs 9	19:00 - 21:30		

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Teilnehmer pro Kurs begrenzt, da wir nur 4 Tische zur Verfügung haben.

Achtung: Keine Einsteigerkurse. Teilnehmer sollten mit technischen Grundlagen vertraut sein.

Programm für Tageskurse (2 Einheiten / Total 4h)

Grundlagen Technik + Taktik, Intervall-Training mit Sparringspartnern und Roboter, gezieltes Aufschlagtraining mit Erklärung, Materialkunde und -training.

Spezial-Programm für Abendkurse Nr. 2, Nr. 5 und Nr. 8 (1 Einheit / Total 2.5h)

27.12 Sonntag: Gezieltes Intervall-Training mit Sparringspartnern und Roboter

28.12 Montag: Gezieltes Aufschlag-Training mit Erklärung

29.12 Dienstag: Material-Training mit Erklärung

Bei jedem Kurs garantiert ein Einzeltraining (Balleimer oder Sparringspartner)

Kosten (Lehrgangsgebühr): Tageskurse Fr. 100.-

Abendkurse Fr. 60.-

Anmeldung mit Angabe von Name und Kurs-Nr. an:

Tel: 0049 174 300 95 20 (per Whatsapp)

oder per E-Mail: zs.hollo@web.de



Auf euer Kommen freuen sich Zsolt Hollo und sein
Trainerteam