

TENNIS-WINTER-KONDITIONS TRAINING

Für ERWACHSENE & JUGENDLICHE des TC Sparkasse Ebbs

Der Tennisclub Sparkasse Ebbs bietet für alle Erwachsenen diesen Winter (2025-2026) ein kostenloses Winter-Konditionstraining an.

Die Teilnahme ist für alle ERWACHSENEN und JUGENDLICHE des TC Sparkasse Ebbs.

Keine Anmeldung erforderlich, bitte einfach zur Mehrzweckhalle in Ebbs kommen.

Durchgeführt wird das Training von Tamara Jäger (Sportlehrerin).



Muss ich mich anmelden?

- ⇒ Nein - Komme einfach zur Mehrzweckhalle Ebbs.
Ebbs | Wildbichler Str. 34. | Eingang hinten im Schulhof.

Was muss ich zum Konditionstraining mitbringen?

- ⇒ Hallenschuhe
⇒ Sportkleidung
⇒ Trinkflasche

Wöchentliche Termine für das Konditionstraining sind:

Jeweils Donnerstags von 19:00 bis 20:00.

Die Einheiten sind jeweils 60 min lang.

- Aufwärmen / Dehnen
- Übungen zur Koordination und allgemeinen Fitness
- Abwärmen / Dehnen

In den Schulferien findet kein Konditionstraining statt.

Der erste Termin ist am:

Donnerstag 13. Nov 2025

