

TENNIS-WINTER-KONDITIONS TRAINING

Für Kinder & Jugendliche (ab 8 Jahren)



Der Tennisclub Sparkasse Ebbs bietet für alle Kinder und Jugendlichen ab 8 Jahren diesen Winter (2025-2026) ein kostenloses Winter-Konditionstraining an.

Die Teilnahme ist für alle Kinder 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 18:00 bis 19:00.

Die Einheiten sind jeweils 60 min lang.

- Aufwärmen / Dehnen
- Übungen zur Koordination und allgemeinen Fitness
- Ballspiel (Field Hockey, Kleinfeld-Tennis, oder ähnliches)

In den Schulferien findet kein Konditionstraining statt.

Der erste Termin ist am:

Donnerstag 13. Nov 2025

