

### 3. Hagener TT-Vereinslehrgang



*Ein kleiner TT-Bonbon!*

*Einige Spieler der 1. & 2. Herren möchten alle interessierten Mitglieder der TT-Sparte zu einem vereinsinternen **Tischtennislehrgang für ehrgeizige Jugendspieler, Erwachsene und Senioren** einladen. Im Vordergrund steht die individuelle Verbesserung und Stabilisierung der Grundschläge unter Berücksichtigung verschiedener „Selfie“-Trainingsmethoden (Wie trainiere ich mich selbst!?).*

*Der Trainingslehrgang ist offen für alle aktiven Spieler und Spielerinnen des SSC Hagen Ahrensburg und unserer Seniorentrainingsgruppe.*



#### **INHALTE**

- Techniktraining
- Balleimer
- Ballmaschine
- Videoanalyse
- Materialberatung
- Schläger testen

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| • <b>Termin/ Ort:</b>    | Sonntag, der 11.03.2018 / Sporthalle der Grundschule am Hagen  |
| • <b>Uhrzeit:</b>        | 11:00 – 15:00 Uhr (Pause von 13:00 – 13:30 Uhr)  |
| • <b>Leitung:</b>        | <b>Florian Gloy (2. Herren) &amp; Christian Melnik (1. Herren)</b>   |
| • <b>Teilnehmerzahl:</b> | bis max. 14 Personen   |
| • <b>Kosten:</b>         | 20 Euro/Tag  |
| • <b>Anmeldung:</b>      | E-Mail: <a href="mailto:florian_gloy@web.de">florian_gloy@web.de</a> , per Handy 0176-413 25 160 oder mündlich beim Training! Bei 14 Teilnehmern wird die Anmeldung geschlossen! |

Mit einem freundlichen (Noppen)block!

Flo & Christian