



BeeFit4Tennis ist unser Fitnessprogramm. Tennisdrills werden mit Fitness kombiniert. Das Training bei ständig hohem Puls (120-140) ist eine gute Ergänzung zum „normalen“ Training und bietet viel Action. Natürlich kannst du die Belastung, nach deinen Voraussetzungen steuern.

Für wen: Für alle Spieler ab 12 Jahren.
Wann: Montags von 19:00-20:00 Uhr.
Wo: 1. KHTC Kopperpahler Teich 27, 241 18 Kiel.

Kosten:	10.er Karte Erwachsene	100,-€ (Gültig bis 30.09.2019)
	10.er Karte Schüler	50,-€ (Gültig bis 30.09.2019)
	Pro Einheit	12,-€/7,-€
	10.er Karte nicht 1.KHTC Mitglied	50,-€ Aufschlag
	Pro Einheit nicht 1.KHTC Mitglied	5,-€ Aufschlag

Kontakt: Per-Jonas Lang: 0170-245 244 1, pj.lang@estess.de
Johan Hurtigh: 0172-15 111 44, johan.hurtigh@estess.de

Mitzubringen: Eine gute Laune & Tennissachen.

Anmeldung: Per E-Mail am jeweiligen Sonntag davor, spätestens um 18:00 Uhr.

Mehr Infos: Informationen und einen Kalender mit allen unseren Events findet ihr auf unserer Homepage: www.estess.de.
Bei Fragen kontaktiert ihr uns einfach. Wir freuen uns!

