



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 14 Jahren.
Wann: Sonntags von 11:00-12:00 Uhr.
Wo: 1. KHTC Kopperpahler Teich 27, 241 18 Kiel.
- Kosten:**
- | | |
|------------------------|----------------------|
| 10.er Karte Erwachsene | 100,-€ (inkl. Platz) |
| 10.er Karte Schüler | 60,-€ (inkl. Platz) |
| Pro Einheit Erwachsene | 12,-€ (inkl. Platz) |
| Pro Einheit Schüler | 7,-€ (inkl. Platz) |
- 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 oder sms am jeweiligen Samstag 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!

