Tischtennis - Trainingslager 2017 – SV Hohenfurch **Trainer Didi Müller, Leiter der Bodensee – Tischtennisschule Bregenz und Betreuer/Trainer beim UTTC Kennelbach Miroslav Sklensky aus Ostrau/Tschechien, BL – Spieler in Österreich**

Dienstag, 5. 09. – Donnerstag, 7. 09.2017 in der Schulturnhalle Hohenfurch

Trainingsinhalte

* Warm-up – zeitgemäße Aufwärmübungen
* Balleimertraining; Verbesserung der Schlagtechnik
* Beinarbeit (u.a. Seitstepp, Grundstellung bei Vorhand und Rückhand; wie stehe ich richtig zum Ball)
* Topspin, Vor – und Rückhand
* Blocken und aggressives Abwehrverhalten

Es wird auf 6 Platten in 12 – er Gruppen trainiert. Die Gruppen werden nach der Spielstärke und dem aktuellen Punktestand der Q -TTR – Liste des BTTV zusammengestellt.

**Unkostenbeitrag für die Hallenmiete und Reinigung = 10 EUR pro Person**

**Die Kosten für die Trainer werden von der Firma Hirschvogel Automotive übernommen**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Gruppe 1 / DI/MI/DO 13.00 - 15.00 Uhr | Gruppe 2 / DI/ MI/Do 15.00 – 17.00 Uhr | Gruppe 3 / Di/Mi / Do17.00 – 19.30 Uhr | Gruppe 4/ Di /Mi / Do.19.30 – 21.30 Uhr |
| **Trainer = Didi/Miro** | **Trainer = Didi und Miro** | **Trainer = Didi und Miro** | **Trainer = Didi und Miro** |
| z.B. Martin Megele | z.B. Johannes Söll | z.B. Nico Prinzing | z.B. Fritz Kaletta |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

* Namen für die Einteilung = **nur Vorschläge**
* endgültige Einteilung wird nach dem Eingang der Anmeldungen vorgenommen
* Anmeldung per E – Mail **k-mueller-hohenfurch@t-online.de** oder Tel. **08861 – 8724** oder Fritz Kaletta Tel. 08861 – 20121 oder in der Turnhalle beim Training, immer Dienstag, 17.00 – 19.00 Uhr

Eingeladene Vereine = **TSV Schongau, TSV Peiting, TSV Altenstadt, TSV Steingaden, TTC Birkland,** **TSV** **Hohenpeißenberg**

25.03. 2017/KM