

Arosa Tennis Junior Camp 2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10-12 Uhr	Rhythmus & Technik <i>Camp Challenge</i>	Drills Doppel <i>Camp Challenge</i>	Tennis games Ausdauer Zirkel <i>Camp Challenge</i>	Mental Training Matchsituationen <i>Camp Challenge</i>	Tennis Turnier Matchanalyse <i>Camp Challenge</i>
12-13 Uhr	Gemeinsames Mittagessen			Gemeinsames Mittagessen	
13-15 Uhr	Mental Training Rituale <i>Camp Challenge</i>	Polysport & Kondi Matchplay <i>Camp Challenge</i>	frei	Matches Einzel & Doppel Athletik Training individuell <i>Camp Challenge</i>	Polysport Tennis games

Unterstützt wird das Training durch Videoanalysen und Einzel-Coachings!

Programmänderungen seitens des Camp Leiters vorbehalten!