

# premium tabletennis academy

tabletennis-academy.de

## Unsere Philosophie:

- ▶ mehr über Tischtennis wissen
- ▶ reflektierter trainieren
- ▶ erfolgreicher Tischtennis spielen

## Durch uns wirst du besser!

Wochenend-Lehrgang am  
20./21. Juli 2024 in 53578 Windhagen

### 8 Stunden wertvolles Tischtennis-Training

- ▶ inkl. Balleimertraining für jeden Teilnehmer
- ▶ inkl. Robotertraining für jeden Teilnehmer
- ▶ inkl. Videoanalyse für jeden Teilnehmer
- ▶ inkl. Trainingsempfehlung für jeden Teilnehmer
- ▶ kurze Exkurse „Wissensvermittlung Tischtennis“
- ▶ perfektes Trainer/Spieler-Verhältnis
- ▶ inkl. Verpflegung & Snacks & Getränke
- ▶ bei Übernachtungswünschen helfen wir gerne!

## Das Trainerteam:

Eine gelungene Mischung aus Theorie & Praxis!



**Ingo Hansens**

- ▶ ehemaliger Tischtennis-Profi
- ▶ über 20 Jahre selbständiger Trainer mit B-Lizenz
- ▶ über 2150 TTR-Punkte



**Stefan Zimmermann**

- ▶ A-Lizenz-Trainer
- ▶ Sportwissenschaftler
- ▶ Champions-League-Sieger als Trainer



**Marina Zimmermann**

- ▶ ehemalige TOP 10 Spielerin auf Bundesebene bei den Mädchen
- ▶ ehemalige Westdeutsche Meisterin

## Unser Versprechen:

Jeder Teilnehmer weiß nachher mehr über sich und seine Stärken & Schwächen als vorher. Dieses Wissen nimmt jeder Spieler mit in sein Heimtraining und verbessert sich dadurch auch im „Trainingsalltag“!

## ▶ Zeitplan:

Samstag: 10:00 – 12:00 Uhr + 13:30 – 15:30 Uhr

Sonntag: 10:00 – 12:00 Uhr + 13:00 – 14:30 Uhr

anschließende Abschlußbesprechung



SCAN ME

## ▶ Trainingsmethoden / -inhalte:

▶ Betreutes Gruppentraining aus den Bereichen Techniktraining, Beinarbeitstraining, taktisches Training, Intervalltraining, Aufschlag- Rückschlagtraining, sowie immer wieder kurze „Wissensvermittlung“ über verschiedenste Bereiche aus dem Tischtennis (gerne auch spontan zu gewünschten Themen)

▶ Individuelles Balleimertraining

▶ Robotertraining

▶ Videoanalyse direkt am Tisch

▶ Schriftliche Trainingsempfehlung für jeden Teilnehmer inkl. inhaltlicher Besprechung

## ▶ Verpflegung:

Ihr konzentriert euch auf's Tischtennis - wir uns um den Rest. Wir sorgen für die Verpflegung in der Mittagspause und stellen Getränke und Snacks für die Zeit während des Trainings zur Verfügung.

Sollten Teilnehmer eine Unterkunft wünschen, helfen wir gerne bei der Vermittlung.

## ▶ Trainingsort:

Topmoderne Dreifeldhalle am Stadion (Halle befindet sich versetzt hinter dem Sportplatz)  
Reinhard-Wirtgen-Straße 1 | 53578 Windhagen

## ▶ Anmeldung:

über die Homepage [www.tabletennis-academy.de](http://www.tabletennis-academy.de)

## ▶ Kosten:

Komplettpreis inkl. Verpflegung: EUR 159,-

Achtung:  
Schnell anmelden!  
Begrenzte Teilnehmerzahl

## ▶ Teilnahmevereinbarungen:

Die Gebühr für den Lehrgang muss bis 7 Tage vor Lehrgangsbeginn überwiesen werden. Eine Info-Mail geht direkt nach der Anmeldung an Dich raus. Eine Anmeldebestätigung wird nach Zahlungseingang per Mail verschickt.

Die Teilnahme am Lehrgang kann bis 2 Tage (48 Stunden) vor Lehrgangsbeginn kostenfrei storniert werden. Bei späteren Absagen, sind wir bemüht, den freigewordenen Platz neu zu besetzen. Sollte dies nicht möglich sein, werden 50% der Kursgebühr fällig. Für vom Kursteilnehmer verursachte Schäden haftet der Kursteilnehmer privat. Die Mindestgröße für einen Lehrgang beträgt 10 Teilnehmer.

premium  
**tabletennis**  
**academy**  
tabletennis-academy.de