

Ablaufplan WTC - Herbstcamp 2018

Dienstag, 02.10.2018	Mittwoch, 03.10.2018	Donnerstag, 04.10.2018
10:00 - 10:30 Begrüßung/Organisation/Warm-up	10:00 - 10:30 Warm-up	10:00 - 10:30 Warm-up
10:30 - 12:00 Vorhand/Rückhand Top Spin	10:30 - 12:00 Vorhand/Rückhand Volley/Smash	10:30 - 12:00 Aufschlag/Return
12:00 - 13:30 Mittagspause/freies Spiel	12:00 - 13:30 Mittagspause/freies Spiel	12:00 - 13:30 Mittagspause/freies Spiel
13:30 - 14:30 Taktik: Spieleröffnung Vorhand	13:30 - 14:30 Taktik: Positionierung im Doppel	13:30 - 14:30 Taktik: Spieleröffnung Aufschlag
14:30 - 15:00 Sportspiel Tennisbrennball	14:30 - 15:00 Sportspiel Tennisbiathlon	14:30 - 15:00 Konditionstest