

## Nauka Tenisa !!!

### PIERWSZA SZKOŁA TENISOWA W SEROCKU !!!

Zajęcia dla: 1. Przedszkolaków od 4 lat. Każda lekcja trwa 60 minut i jest prowadzona w 8 osobowych grupach w formie zabawowej przez jednego instruktora. Zadaniem tego rodzaju treningu jest rozwijanie sprawności fizycznej. Tenisowe przedszkole to nauka tenisa poprzez gry i zabawy ruchowe. Wykorzystuję rakiety i piłki do mini-tenisa oraz wiele rekwizytów takich jak: balony, hula-hop, piłki asymetryczne itp., dzięki czemu każda lekcja jest dla dziecka niezapomnianą przygodą. 2. Zajęcia grupowe przeznaczone są dla dzieci i młodzieży od 8 roku życia. Podstawową formą są zajęcia godzinne z trenerem dwa razy w tygodniu w grupie 4-ro osobowej. 3. Zajęcia indywidualne. Prowadzę zajęcia indywidualne zarówno dla dzieci, młodzieży jak i osób dorosłych. Nauka gry w tenisa i doskonalenie jego techniki dostosowane są do indywidualnych potrzeb oraz różnych poziomów zaawansowania. Jeśli masz pytania zadzwoń lub napisz ! TEL. 504 591 689 e-mail: janwar22@gmail.com

Date utworzenia: 15-09-2011