

# Tischtennis-Intensivkurse

## unter der Leitung von Zsolt Hollo

**Ort** Bahnhofstrasse 126, 8620 Wetzikon

**Datum & Zeit Tages- und Abendkurse.** Jeden Tag von **Donnerstag, 06. August 2020 bis Sonntag, 09. August 2020.** Anmeldung für einen oder mehrere Kurse möglich.

### Trainerteam



**Zsolt Hollo** (ehem. ungarischer Nationalspieler, Berufstrainer, beste WR Pos. 86)

**Norbert Tofalvi** (ehem. ungarischer Nationalspieler, Berufstrainer, A20)

### Trainingszeiten

06. August (Donnerstag)		07. August (Freitag)		08. August (Samstag)		09. August (Sonntag)	
Kurs 1	14:00 - 16:00	Kurs 3	09:00 - 11:00	Kurs 6	09:00 - 11:00	Kurs 9	09:00 - 11:00
	16:30 - 18:30		11:30 - 13:30		11:30 - 13:30		11:30 - 13:30
Kurs 2	19:00 - 21:30	Kurs 4	14:00 - 16:00	Kurs 7	14:00 - 16:00	Kurs 10	14:00 - 16:00
			16:30 - 18:30		16:30 - 18:30		16:30 - 18:30
		Kurs 5	19:00 - 21:30	Kurs 8	19:00 - 21:30		

Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Teilnehmer pro Kurs begrenzt, da wir nur 4 Tische zur Verfügung haben.

### Programm für Tageskurse (2 Trainings-Einheiten / Total 4h)

Grundlagen Technik + Taktik, Intervall-Training mit Sparringspartnern und Roboter, gezieltes Aufschlagtraining mit Erklärung, Materialkunde und -training.

### Spezial-Programm für Abendkurse Nr. 2, Nr. 5 und Nr. 8 (1 Trainings-Einheit / Total 2,5h)

06.08 Donnerstag: Gezieltes Intervall-Training mit Sparringspartnern und Roboter

07.08 Freitag: Gezieltes Aufschlag-Training mit Erklärung

08.08 Samstag: Material-Training mit Erklärung

### Bei jedem Kurs garantiert ein Einzeltraining (Balleimer oder Sparringspartner)

**Kosten (Lehrgangsgebühr):** Tageskurse Fr. 100.-  
Abendkurse Fr. 60.-

### Anmeldung mit Angabe von Name und Kurs-Nr. an:

Tel : 0049 174 300 95 20 (per Whatsapp)

oder per E-Mail: [zs.hollo@web.de](mailto:zs.hollo@web.de)



**Auf euer Kommen freuen sich Zsolt Hollo und sein  
Trainerteam**