



Sommerncamp 2026 TC Dietikon



Ganztägiges Trainingscamps im TC Dietikon

Camp	Mo 13.07. - Fr 17.07.26	Programm Stufe blau und rot	Programm ab Stufe orange
	09.00 – 09.30		Anmeldung / Besammlung / Begrüssung
	09.30 – 10.00	Anmeldung / Besammlung / Begrüssung	Warm up / Einspielen
	10.00 - 12.00	Tennistraining/Polysportiv 90/30	Tennis- und Konditionstraining Technik/Taktik
	12.00 – 13.00	Mittagspause	Mittagspause
	13.00 – 13.30	Selbständiges einspielen	Selbständiges einspielen
	13.30 - 15.30	Tennistraining/Polysportiv 90/30	Tennistraining/Spielzüge und Matchpraxis in Bezug auf Tagesthema
	15.30 - 16.00	Verabschiedung	Stretching, Calm-down, Verabschiedung

Anzahl Coaches richtet sich nach der Anzahl der TeilnehmerInnen.

Trainingszeiten:	Stufe blau und rot	10.00 – 15.30 Uhr
	Stufe orange, grün, gelb, Wettkampf	09.30 – 16.00 Uhr

Preis pro Woche: CHF 340 für Stufen blau und rot

Preis pro Woche: CHF 390 für Stufen orange, grün, gelb und Wettkampf

Im Preis inbegriffen sind täglich:

- 4 Stunden Tennistraining (Unterricht mit Matchpraxis)
- 3 Stunden Tennistraining Stufe blau und rot
- 1 Stunde Konditionstraining/Polysportiv
- Mittagessen im TC Dietikon

Soziale Medien:

Auf der Webseite und den Social-Media-Kanälen (TC Dietikon, Aktiv Tennis Pantilie GmbH) werden Fotos (z.B. Gruppenfotos von Camps) und Filmsequenzen (z.B. Aufschlag in Zeitlupe) veröffentlicht. Erziehungsberechtigte, die damit nicht einverstanden sind, sollen uns dies bitte im Vorfeld bekannt geben.

Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen.

Aktiv Tennis Team