

Östersund Frösö tennisklubb önskar er välkomna till VUXENKURSER Vintern/våren 2019

Vad: ÖFTK:s tränare lägger upp träningen efter önskemål samt utifrån kunskapsnivån! Utbildningen går igenom alla slag, taktiker och tekniker/. Racketar kan lånas under del av kursen eller köpas i klubbens shop. Provspela med fördel våra modeller, vi har givetvis bra medlemspriser.

Ni kan med fördel använda er "**friskvårdspeng**"
Kursen är 9-10 ggr denna termin, under vecka 4-18

Hur: Träningen bedrivs under 60 min.
Vi börjar vecka 4 (22/1) och kör till vecka (ca) 18 (5/5)
Exakt avslut meddelas vid kursstart då all övrig planering ej är gjord.

Träning: **Ingen** träning för söndags grupperna vecka, 10 (första sö) och 16.
Ej träning för lunchgrupperna vecka 10 och v17 (påsklov)
Valbara dagar tider: tisdag, onsdag, torsdag, fredag 11-12 /12-13
Söndagar 17-18, 18-19, 19-20

Kostnad: 60 min/träning/bana/racket/bollar och coach:
10 ggr.4st/grupp = 145 kr inkl. medlemsavgift + 350kr (1800kr)
10 ggr.3st/grupp = 170 kr inkl. medlemsavgift + 350kr (2050kr)
Medlemsavgiften ger rätt att delta i kurser samt hyra billigare tider.
Avgiften gäller för kalender år ☺

Betalning: Faktura skickas till er via MATCHi och mejladress för betalning inför
Kursstart. (ni som har inestående kurs/kr, meddela detta i anmälan så kansliet skickar rätt faktura)

Nyanmälan: Löpande till via MATCHi.se, frågor till claes.coric@telia.com

