

Tischtennis Trainingsangebot



mit...
Peter Aranyosi

Chef-Trainer der Herren-Nationalmannschaft von Ungarn seit 2015
Erfolge: Viele Veteran Weltmeister in Class U40 in Bremen 2006

Schwerpunkt Aufschläge mit Peter

Diese Rückhand-Aufschläge sollten fortgeschrittene Spieler spielen können.

Der perfekte Vorhand Kick-Aufschlag

Lerne hier den Vorhand-Aufschlag mit Täuschungsbewegung aus dem Handgelenk.

Peter verrät dir den schnellen langen Aufschlag mit Täuschungsbewegung aus dem Handgelenk.

So gewinnst du mit dem Rückhand-Aufschlag mit Täuschungsbewegung aus dem Handgelenk.

Der geheime Vorhand-Aufschlag mit Täuschungsbewegung aus dem Ellbogen und aus der Schulter.

So machen Weltmeister den Pendulum und Reverse - Pendulum - Aufschlag.

Termine

08.12. bis 13.12.2024

frei wählbar

10⁰⁰-20⁰⁰ Uhr

Weitere Trainingsinhalte:

Grundlagen für Anfänger

- Unterschnitt / Schupf / lange Abwehr
- Oberschnitt / Flip / Topspin / Konter
- Seitschnitt / Annahme-Erzeugung
- Regelkonforme Aufschläge und Schnittvarianten
- Beinarbeit
- Materialkunde Noppen / Anti

Erweiterte Fähigkeiten

- Flip / Bananaflip
- Stoppball / Pressblock
- Gegenläufer Aufschläge
- Finten
- Taktik / Psychologie im Spiel
- Peripheres Sehen
- Trainings- Zyklen

Allgemeines

Ernährung vor und während des Wettkampfes.
Krafttraining im TT
Ausdauertraining
Beweglichkeit

Gebühren

-  **40 € 1 Person (60 min)**
-  **60 € 2 Personen (60 min)**
-  **60 € 1 Person (90 min)**
-  **80 € 2 Personen (90 min)**
-  **90 € 3 Personen (90 min)**
-  **100 € 4-6 P. Gruppe (90min)**

 **40 € Übernachtung**

incl. Frühstück p.P.

Tibhar-TT-Store - Sportpension mit 30 Betten



Tischtennis Fach-Händler mit über 3000 Tibhar Produkten

Alle Tibhar Hölzer und Beläge vorrätig. Aktuelles Tibhar Schuhsortiment mit alle Größen verfügbar. Umkleidekabine, Bekleidung kurz oder lang, Bälle, Taschen, Rucksäcke, Tische, Handtücher und vieles mehr.

Leiterin vom TT-Store und der Sportpension
Susanne Schulze
Tel.: 01724238504
E-Mail:
Lau-Jean1012@web.de

4 Trainingsräume mit insgesamt 15 TT-Tischen



Anmeldung auch Direkt-Formular:

<https://www.supersaas.de/form/Nasdala/Peter-Training>



01640 Coswig
Am Glaswerk 8



+49 1788836002



nasdala@waerne-tec.de

www.tibhar-tt-schule-coswig.de