

**SQUASHSCHULE**

# Kursprogramm Sommerseason 20

13.04.2020 bis 06.09.2020



**SIHL SPORTS**

# SQUASH AM MITTAG

Montag, Dienstag, Donnerstag & Freitag 12:15 bis 13:00 Uhr  
(IMMER NUR AUF ANFRAGE, ALSO UNBEDINGT ANMELDEN!)

45 Minuten Gruppentraining, anschliessend freies Spiel der Teilnehmer

Fr. 40.– bei 1 Teilnehmer,

Fr. 30.– pro Person bis zu 3 Teilnehmern und

Fr. 25.– pro Person bei 4 oder mehr Teilnehmern

*Tragen Sie sich mind. 24 Stunden im Voraus an der Rezeption ein oder rufen Sie uns an. Während den Langnauer Schulferien findet das Training nur auf Anfrage statt.*

## PRIVATSTUNDEN

mit DIEGOSTAUB oder ANDI DIETZSCH

*Zeit nach Vereinbarung und Verfügbarkeit Trainer*

		bis 18 Uhr	*ab 18 Uhr
Gruppengrösse	1 Person	Fr. 90.-	*Fr. 100.-
Preise pro Person	2 Personen	Fr. 45.-	*Fr. 50.-
	3 Personen	Fr. 33.-	*Fr. 37.-
	4 Personen	Fr. 27.-	*Fr. 30.-

inbegriffen sind 45 Minuten Coaching, Courtkosten und Schläger

## PLAUSCHTURNIERE

Im **SIHLSPORTS** finden im Rahmen der **FRIDAY RACKET NIGHT** regelmässig am Freitagabend Plauschturniere statt. Start ist jeweils um 20:15 Uhr.

Die Daten der kommenden Plauschturniere finden Sie auf [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch) im Menü Racketlon/**FRIDAY RACKET NIGHT**

Anmeldungen an [diego.staub@squash.ch](mailto:diego.staub@squash.ch).

Infos auf [www.racket-trophy.ch](http://www.racket-trophy.ch)



# JUNIORENTRAININGS

Dienstag	16:30 bis 17:30	Kaderjunioren
Mittwoch	16:45 bis 17:45	Einsteiger
	17:45 bis 18:45	Fortgeschrittene/Kaderjunioren
Freitag	15:30 bis 16:30	Einsteiger
	16:30 bis 17:30	Einsteiger/Fortgeschrittene
	17:30 bis 18:30	Fortgeschrittene/Kaderjunioren

in Kooperation mit  
**SQUASH CLUB  
SIHLTAL**

Fr. 50.- Probeabo für 5 Trainings (einmalig)

Fr. 470.- Jahresmitgliedschaft Squash Club Sihltal (freies Spiel tagsüber und am Wochenende / plus 1 Training pro Woche)

*Die Juniorenkurse finden während den Langnauer Schulferien **NICHT** statt.*

Melden Sie sich bei Diego Staub (diego.staub@squash.ch) für Informationen betreffend Juniorentraining.

# LADIES' MORNING

**Donnerstag 10:00 bis 10:45**

45 Minuten Gruppentraining, anschliessend freies Spiel der Teilnehmerinnen

Fr. 40.- bei 1 Teilnehmerin,

Fr. 30.- pro Person bis zu 3 Teilnehmerinnen und

Fr. 25.- pro Person bei 4 oder mehr Teilnehmerinnen

*Tragen Sie sich mind. 24 Stunden im Voraus an der Rezeption ein oder rufen Sie uns an.*

*Während den Langnauer Schulferien findet der Ladies' Morning nur auf Anfrage statt.*

# RACKET TEST

Kaufen Sie nie ein Racket ohne es vorher zu testen!

Deshalb können Sie bei uns für Fr. 30.- ein Test-Abo lösen und unser umfangreiches Racketsortiment testen. Bei einem Kauf, werden die Fr. 30.- angerechnet.

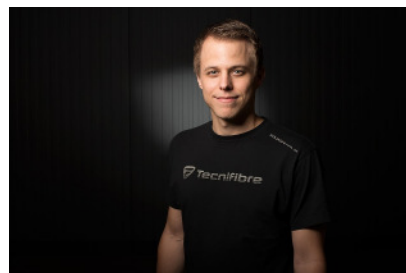
# SQUASHSCHULE

## LEITUNG & ADMINISTRATION

Diego Staub

### Kontakt

squash@sihlsports.ch oder 043 377 70 00



# FRIDAY RACKET NIGHT

unterstützt von **RAIFFEISEN**

## Spielst du auch gerne Tennis, Badminton und Tischtennis?

Jeden Freitag findet im **SIHLSPORTS** die **FRIDAY RACKET NIGHT** statt.

Für nur Fr. 35.– spielst du ab 20 Uhr alle 4 Rückschlagsportarten à discrétion. Die **FRIDAY RACKET NIGHT** eignet sich für Racketlontraining, für gemütliches Sporttreiben unter Freunden oder wenn du neue Spielpartner suchst.

Einmal pro Monat organisieren wir im Squash ein Plauschturnier. Alle Infos findest du auf [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch) im Bereich Racketlon.

Eine Anmeldung per Mail an [friday@sihlsports.ch](mailto:friday@sihlsports.ch), via Formular auf [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch) oder via Online-Reservationssystem ist erforderlich.

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.



**SIHL SPORTS**

Sihtalstrasse 63 · 8135 Langnau a. A. · 043 377 70 00 · [info@sihlsports.ch](mailto:info@sihlsports.ch) · [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch)