

BADMINTONSCHULE

Kursprogramm

Wintersaison 18/19

10.09.2018 bis 14.04.2019



Angebot Badmintonsschule in Kooperation mit BC Adliswil



SIHL SPORTS



BADMINTON AM MITTAG mit Jonas

Montag 12:30 bis 13:15 Uhr

Mittwoch 12:30 bis 13:15 Uhr

Freitag 12:30 bis 13:15 Uhr

45 Minuten Gruppentraining, ab 12 Uhr und nach dem Training ist freies Spiel der Teilnehmer möglich

Fr. 55.– bei 1 Teilnehmer,

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

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

Eine Anmeldung bis am Vortag ist erforderlich! Anmeldung online auf www.sihlsports.ch, telefonisch oder via Einschreibeliste im SIHLSPORTS.

Während den Langnauer Schulferien findet das Badminton am Mittag nur auf Anfrage statt.

JUNIORENTRAININGS mit Timon

Mittwoch 16:00 bis 17:00 Uhr (6-11 Jährige)

17:00 bis 18:00 Uhr (11-16 Jährige)

Die Altersangaben dienen als Anhaltspunkt für die Einteilung. Je nach Stärke können die Kinder vom Trainer auch in die andere Gruppe eingeteilt werden.

Fr. 20.- pro Training, jeweils an der Rezeption zu bezahlen.

Bei nur 1 Kind dauert das Training 30 Minuten.

Spezialangebote:

Fr. 50.- Probeabo für 3 Trainings (einmalig) / Fr. 180.– für 10 Trainings

Eine Anmeldung bis am Vortag ist erforderlich! Anmeldung online auf www.sihlsports.ch, telefonisch oder via Einschreibeliste im SIHLSPORTS.

Während den Langnauer Schulferien findet das Badminton am Mittag nur auf Anfrage statt.

PLAUSCHTURNIERE

Einmal pro Monat organisieren wir im Rahmen der **FRIDAY RACKET NIGHT** ein Badminton Plauschturnier. Spielmodus (Einzel, Doppel...usw.) richtet sich nach Anzahl Teilnehmer und deren Wünsche.

Die Plauschturnierdaten sind auf www.sihlsports.ch im Bereich Badminton.

PRIVATSTUNDEN

Individuelles auf die eigenen Bedürfnisse zugeschnittenes Training. Der Tag und die Uhrzeit sind prinzipiell frei wählbar. Erkundigen Sie sich bei uns betreffend Verfügbarkeit der Trainer.

		bis 17.00 Uhr	*ab 17.00 Uhr & Wochenende
Gruppengrösse	1 Person	Fr. 90.-	*Fr. 100.-
	2 Personen	Fr. 45.-	*Fr. 50.-
	3 Personen	Fr. 33.-	*Fr. 37.-
	4 Personen	Fr. 27.-	*Fr. 30.-

GRUPPENKURSE mit Jonas

Einsteigerkurs - 6 Lektionen (1h)

Montag 18 bis 19 Uhr

Dieser Kurs richtet sich an SpielerInnen, welche noch nicht so lange spielen und den Schritt vom Federball zum Badminton machen wollen. Ziel des Kurses ist das Erlernen der Grundschläge.

Preis: Fr. 225.– pro Person

Fortgeschrittenenkurs - 6 Lektionen (1,5h)

Montag 19 bis 20:30 Uhr

Dieser Kurs empfiehlt sich als Fortsetzungskurs zum Einsteigerkurs oder für SpielerInnen, welche schon ein paar Jahre spielen. Ziel des Kurses ist die Verbesserung der Grundschläge, der Lauftechnik und der Taktik.

Preis: Fr. 375.– pro Person

Die Kurse werden erst ab 3 und mit maximal 7 Teilnehmern durchgeführt.

Kursdauer: jeweils montags vom 22. Oktober bis 26. November 2018

Anmeldungen an badminton@sihlsports.ch. Anmeldeschluss 12. Oktober.

UNSER TRAINERTEAM

Jonas Schwarz



Timon Schwarz



Yohanes Hogianto-Wirz



FRIDAY RACKET NIGHT

unterstützt von **RAIFFEISEN**

Spielen Sie auch gerne Squash, Tennis und Tischtennis?

Jeden Freitag findet im **SIHLSPORTS** die **FRIDAY RACKET NIGHT** statt. Für nur Fr. 35.– spielen Sie ab 20 Uhr alle 4 Rückschlagsportarten à discrétion.

Die **FRIDAY RACKET NIGHT** eignet sich für seriöses Racketlontraining, für gemütliches Sporttreiben mit Freunden oder wenn Sie neue Spielpartner suchen.

Eine Anmeldung per Mail an friday@sihlsports.ch, via Formular auf www.sihlsports.ch oder im Online-Reservationsystem (Account nötig) ist erforderlich

