

**BADMINTONSCHULE**

# Kursprogramm

# Wintersaison 19/20

09.09.2019 bis 12.04.2020



Angebot Badmintonsschule in Kooperation mit BC Adliswil



**SIHL SPORTS**



Sihltalstrasse 63 · 8135 Langnau a. A. · 043 377 70 00 · info@sihlsports.ch · www.sihlsports.ch

# 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

bis 13. September

**Mittwoch 12:30 bis 13:15 Uhr ab 16. September**

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](http://www.sihlsports.ch), telefonisch oder via Einschreibeliste im **SIHLSPORTS**.*

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

# JUNIORENTRAININGS mit Jonas/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](http://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](http://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
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 6 Teilnehmern durchgeführt.

Die Kurse werden fortlaufend organisiert. Melden Sie sich bei Interesse per Mail auf [badminton@sihlsports.ch](mailto:badminton@sihlsports.ch) oder telefonisch unter 043 377 70 00.

## UNSER TRAINERTEAM

Jonas Schwarz



Timon Schwarz



# 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](mailto:friday@sihlsports.ch), via Formular auf [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch) oder im Online-Reservationssystem (Account nötig) ist erforderlich

