

SQUASHSCHULE

Kursprogramm

Wintersaison 19/20

09.09.2019 bis 12.04.2020



SIHL SPORTS

SQUASH AM MITTAG

Montag, Dienstag, Donnerstag und 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 bitte an der Rezeption ein oder rufen Sie uns an.

Während den Langnauer Schulferien findet das Training nur auf Anfrage statt.

PRIVATSTUNDEN

Mit DIEGO STAUB

Zeit nach Vereinbarung und Verfügbarkeit Trainer

		bis 17:00 Uhr	*ab 17:00 Uhr
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.-

inbegriffen sind 45 Minuten Coaching, Courtkosten und Schläger

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.

JUNIORENTRAININGS

Mittwoch 16:45 bis 17:45 & 17:45 bis 18:45 Uhr

Freitag 15:30 bis 16:30, 16:30 bis 17:30 & 17:30 bis 18:30 Uhr

Spezialangebote:

Fr. 50.- Probeabo für 5 Trainings

Fr. 275.- Halbjahres Squashclub Mitgliedschaft (freies Spiel tagsüber und am Wochenende / plus 1 Training pro Woche)

Die Kurse finden ohne weitere Absprache während den Langnauer Schulferien NICHT statt.

LADIES' MORNING

Donnerstag 10:30 bis 11:15 Uhr

45 Minuten Gruppentraining, anschliessend freies Spiel der Teilnehmerinnen

Fr. 40.- bei 1 Teilnehmerin

Fr. 30.- pro Person bis zu 3 Teilnehmerinnen

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

Tragen Sie sich bitte an der Rezeption ein oder rufen Sie uns an.

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

PLAUSCHTURNIERE

Im **SIHLSPORTS** finden regelmässig am Freitagabend Plauschturniere statt. Start ist jeweils um 20:15 Uhr.

Nutzen Sie die Gelegenheit, um einmal gegen andere Squasher zu spielen oder einen Spielpartner zu finden.

Anmeldungen an diego.staub@squash.ch

Infos auf www.racket-trophy.ch



SQUASHSCHULE

LEITUNG & ADMINISTRATION

Diego Staub

Kontakt squash@sihlsports.ch oder 043 377 70 00

FRIDAY RACKET NIGHT

unterstützt von **RAIFFEISEN**

Spielen Sie auch gerne Tennis, Badminton 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-Reservierungssystem (Account nötig) ist erforderlich.

