

# TOP TENNIS REISEN 2012

## TUNESIEN

### Insel Djerba bzw. Hammamet

#### Ostern

**30. März – 06. April**

**Club Hotel RIMEL DJERBA \*\*\*\***

Stiftung Warentest Testsieger

**07. April – 14. April**

**Hotel SENTIDO PHENICIA \*\*\*\***

[www.sentidohotels.de/phenicia](http://www.sentidohotels.de/phenicia)

## LEISTUNGEN

- \*Flug & Hotel-Transfer
- \*4 Sterne Luxus Hotel mit All Inclusive Verpflegung
- \*sehr gute internationale und mediterrane Küche
- \*komfortabel ausgestattete Zimmer
- \*direkte Lage am traumhaftem langem Sandstrand
- \*schöne Poollandschaft und Hallenbad, SAT TV und WLAN
- \*hervorragende Sand Tennisplätze
- \*Dampfbad, Massagen, Sauna, Whirlpool&Behandlungen (gg. Gebühr)

## Preise (All Inclusive im Doppelzimmer)

30.03.	7 Tage	ab Stuttgart	632 €/P.
07.04.	7 Tage	ab KA-Baden	610 €/P.

# Training

## Trainingsleitung

**Chris Born** (B-Trainer, Bezirkstrainer BTV und Diplomsportlehrer)

## Trainingsablauf

- \*"warm up" am Sandstrand
- \*Konditionstraining (Koordination, Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer)
- \*Intensives Gruppentraining (3er und 4er Gruppen- und Matchtraining) auf gut gepflegten Sandplätzen, 2 oder 2x2 Std. Trainingseinheit täglich
- \*"cool down" Programm (Auslaufen, Stretching, Relaxprogramm)
- \*zusätzlich freies Spielen (im Club Hotel Rimel für ca. 10 Euro/Std.)
- \*Training für Kinder bis Senioren, vom Anfänger bis zum Hochleistungsspieler
- \*Saisonvorbereitung für Mannschaften
- \*Massage gegen Bezahlung
- \*Besaitungsservice zu Spezialpreisen

## Preise Tenniskurse

Komplettprogramm für	6 Tage
2 Stundeneinheit/Tag	159 Euro
4 Stundeneinheit/Tag	249 Euro

## Info & Anmeldung

Top Tennis Reisen

Chris Oliver Born

Tel.: 0761 / 21 74 73 43

Mobil: 0171 / 120 75 36

chris.o.born@web.de