



**wir zeigen dir,  
wie du dich und deine  
gegner zum  
schwitzen bringst!**

**ab September 2019**

## **offener Mittwochkurs**

- Datum / Zeit:** jeden Mittwoch, 20.00 - 20.45 Uhr
- Inhalt:** geleitetes Training: Basisgrundlagen sowie Tipps und Tricks für Anfänger und Fortgeschrittene
- Kosten:** CHF 25.00  
inkl. freies Spiel im Anschluss, auf nicht belegten Feldern
- Anmeldung:** keine Anmeldung nötig - einfach um 20.00 Uhr spielbereit in der Halle sein und mitmachen
- solltest Du schon zwei Tage vorher wissen, dass Du mit dabei bist, lass es uns bitte wissen, dann können wir besser planen