

Mental fit durch den Winter

Spielerisches Konzentrationstraining für Jung & Alt

Das erwartet Sie an diesem spannenden Nachmittag mit garantiertem Spaßfaktor:

- Konzentration auf Knopfdruck mit mentalem Aktivierungstraining
- viele praktische Übungen mit und ohne Schläger oder Ball zur Förderung von Aufmerksamkeit, Reaktionsvermögen, peripherem Sehen, Wahrnehmung, Koordination
- Menüvorschlag „Fitness-Menü“ zum gemütlichen Ausklang im Clubheim



Foto: Vera Thumsch

Ob in der Variante „Just for Fun“ ohne Wettbewerbsgedanke mit wechselnden Gruppen, als Wettbewerb mit festen Mannschaften oder als Einzelwertung wie beim Bändelesturnier – das mentale Aktivierungstraining verspricht viel Spaß und Bewegung für alle Clubmitglieder an dunklen und nassen Wintertagen!

- **Zeit:** am besten wochenends am Nachmittag oder frühen Abend
- **Dauer:** 90 Minuten
- **Ort:** Tennishalle wäre optimal – alternativ: Restaurant und Foyer
- **Teilnehmerzahl:** mind. 10-12 Personen
- **Voraussetzungen:** Kinder sollten lesen und schreiben können

➤ **Preis:** 350,- € inkl. MWSt., zzgl. Anfahrt und Spesen

Gestalten Sie Ihr Vereinsleben auch im Winter attraktiv und bieten Sie Ihren Mitgliedern einen interessanten Nachmittag mit viel Spaß und Bewegung!

Kontaktieren Sie mich gerne für ein unverbindliches Informationsgespräch.

Ich freue mich auf Ihre Anfrage!