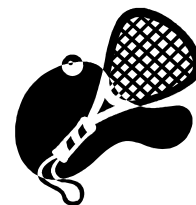


15.09.2010

Squash-Kurse

für Erwachsene und Jugendliche
Winter 2010/2011

Beginn	jederzeit sobald genügend Anmeldungen eingegangen sind.		
Tag / Zeit	Montag – Samstag / Bitte gewünschte Zeiten auf der Rückseite Ankreuzen!		
Gruppenunterricht	7 Lektionen à 45 Minuten		
Kosten	3er Gruppen	pro Person/Lektion	Fr. 25.—
	4er Gruppen	pro Person/Lektion	Fr. 20.—
Einsteiger	Motivierender Einstieg ins Squashspiel. Erlernen der Grundschnläge Vorhand, Rückhand, Aufschlag, Volley, Boast, Cross-court etc.; Regelkenntnisse und Matchspiel.		
Fortgeschrittene	Festigen der Grundschnläge, Erlernen von Spezialschnlägen, einfache taktische Varianten, Spielkonzeption.		
Spezielles	Squashschläger und Bälle stehen allen Kursteilnehmenden gratis zur Verfügung!		
Leitung	Thomas Gerber, Squash-Experte J+S		
Anmeldung	CIS sportS Solothurn Hans-Huber-Str. 43, 4502 Solothurn ☎ 032 / 623 66 66 / Telefax 032 623 77 03 E-Mail: cissolothurn@bluewin.ch www.cissolothurn.ch		



Anmeldetalon auf der Rückseite

ANMELDUNG für Squash-Gruppenkurse

Einsteiger-Kurs

Fortgeschrittenen-Kurs

Name: Vorname:

Adresse: PLZ/Ort:

Tel. P: Tel. G: Natel:.....

E-Mail:..... Geb. Datum:.....

Datum:..... Unterschrift:.....

Bitte hier gewünschte Spielzeiten eintragen: (1 = sehr erwünscht, 2 und 3 = möglich)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.00 – 08.45						
08.45 – 09.30						
09.30 – 10.15						
10.15 – 11.00						
11.00 – 11.45						
11.45 – 12.30						Kurse
12.30 – 13.15						
13.15 – 14.00						auf
14.00 – 14.45						
14.45 – 15.30						Anfrage
15.30 – 16.15						
16.15 – 17.00						
17.00 – 17.45						
17.45 – 18.30						
18.30 – 19.15						
19.15 – 20.00						
20.00 – 20.45						
20.45 – 21.30						
21.30 – 22.15						