

International Table Tennis Martin Adomeit präsentiert:

# 1. und 2. August in Spexard

## Intensive Saisonvorbereitung

### 4 TT-Einheiten in zwei Tagen

Schweiß, Taktik, Spass dies werden wohl drei Stichpunkte sein, die am 1. August-Wochenende in Spexard im Blickpunkt stehen, wenn Martin Adomeit, A-Lizenztrainer, der schon mit den Nationalmannschaften Deutschlands, Belgiens und Luxemburgs erfolgreich war, einen Lehrgang zur Saisonvorbereitung durchführt. Vom Jugendlichen bis zum Senior hat jeder die Möglichkeit in kleinen Gruppen unter Anleitung von Deutschlands Trainer des Jahres 1998 zweimal am Tag zu trainieren.

Eingeteilt werden die angemeldeten Spieler und Spielerinnen nach der Anmeldung je nach Alter- und Spielstärke in Gruppen, um jeden die optimale Förderung zu bieten. So können die endgültigen Trainingszeiten auch erst nach Eingang der Anmeldungen mitgeteilt werden. Die Gruppen trainieren dann zwei Einheiten pro Tag mit einer ausreichenden Pause zwischen den Einheiten. Dabei steht neben der Beinarbeit und technischen Aspekten sicher auch die Taktik und das Aufschlag-Rückschlagspiel im Blickpunkt.

Neben dem Training ist es auch möglich neues Material für die neue Saison auszuprobieren oder auch zu Sonderpreisen zu testen. Im Vorfeld oder nach den Einheiten gibt es auch noch die Möglichkeit zum Einzeltraining bei Martin Adomeit zu Sonderpreisen. Die Kosten hierfür betragen für 1 oder 2 Spieler 20 Euro für die halbe Stunde. Bei Wunsch nach Einzeltraining gebt das bitte auch bei der Anmeldung mit an.

Die Teilnahmegebühren für diesen Lehrgang betragen 39 Euro. Mitglieder des SV Spexard zahlen als Sonderpreis 29 Euro. Für nähere Informationen steht Ihnen Martin Adomeit gerne unter Telefon 02941-273385 oder im tt-store Lippstadt, Öffnungszeiten unter [www.lippstadt.tt-store.de](http://www.lippstadt.tt-store.de).

Ort des Lehrgangs ist die Sporthalle der Josefsschule, Bruder-Konrad-Str. 116 in Gütersloh-Spexard. Anmeldungen bitte unter Angabe des Alters- und der Spielstärke per Mail an [lippstadt@tt-store.de](mailto:lippstadt@tt-store.de). Bei Interesse finden sie weitere Lehrgänge in Lippstadt oder Dortmund finden im Internet. Der Lehrgang in Lippstadt findet vom 6. - 9. August statt.