

# **BVN-Trainingswoche Herbst**

## **Stützpunkt Nordwestschweiz**

**Datum:** 7. Oktober – 11. Oktober 2024 ( 2. Ferienwoche )

**Ort:** Badmintonhalle Oberwil, Mühlemattstrasse 9, 4104 Oberwil

**Kosten:** Fr. 150.— für StützpunktspielerInnen  
Fr. 200.— für ClubspielerInnen

**Zeit:** 10.00 – 13.00 Uhr

**Teilnehmer:** Stützpunktspieler oder ClubspielerInnen  
( mind. 6, max. 16 Teilnehmer)

**Programm:** Schlagschnelligkeit, Schlagsicherheit, hohes Spieltempo, Einzel-Doppel-Taktik, Mentales Training, Fitness

**Trainer:** Günther Huber / Christian Nyffenegger

**Anmeldeschluss: Mittwoch, 25. September 2024 an:** [ch.nyffi@gmx.ch](mailto:ch.nyffi@gmx.ch)