

**BADMINTONSCHULE**

# **KURSPROGRAMM**

# **WINTERSAISON 24/25**

16.09.2024 bis 20.04.2025



**SIHL SPORTS**

Sihlstrasse 63 8135 Langnau a. A. 043 377 70 00 [info@sihlsports.ch](mailto:info@sihlsports.ch) [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch)

# BADMINTON AM MITTAG\*

Mittwoch & Freitag

12:30 bis 13:15 Uhr

45 Minuten Gruppentraining, ab 12 Uhr und nach dem Training ist freies Spiel der Teilnehmer möglich

CHF 55 bei 1 Teilnehmer,

CHF 30 pro Person bis zu 3 Teilnehmer und

CHF 25 pro Person bei 4 oder mehr Teilnehmern

---

## JUNIORENTRAININGS\*

Mittwoch

15:45 bis 16:45 Uhr (6-11 Jährige)

16:45 bis 17:45 Uhr (11-16 Jährige)

Die Altersangaben dienen als Anhaltspunkt für die Einteilung. Je nach Stärke können die Kinder vom Trainer auch in die andere Gruppe eingeteilt werden.

CHF 20 pro Training, jeweils an der Rezeption zu bezahlen.

Bei nur 1 Kind dauert das Training 30 Minuten.

### Spezialangebote:

CHF 50 Probeabo für 3 Trainings (einmalig)

CHF 180 für 10 Trainings

\* Melden Sie sich fürs Badminton am Mittag und das Juniorentraining spätestens 24h vorher an. Anmelden können Sie sich auf [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch) beim entsprechenden Kurs, via Einschreibeliste im **SIHLSPORTS** oder telefonisch. Abmeldungen müssen 24h vor dem Kurs erfolgen, ansonsten wird die Stunde verrechnet.

---

## PRIVATSTUNDEN

Individuelles auf die eigenen Bedürfnisse zugeschnittenes Training. Der Tag und die Uhrzeit sind prinzipiell frei wählbar. Erkundigen Sie sich bei uns betreffend Verfügbarkeit der Trainer.

	bis 16:45 Uhr	*ab 16:45 Uhr
1 Person	CHF 90	*CHF 100
2 Personen	CHF 45	*CHF 50
3 Personen	CHF 33	*CHF 37
4 Personen	CHF 27	*CHF 30

# GRUPPENKURSE

## Einsteiger - 6 Lektionen (à 1h)

Montag 17:45 bis 18:45 Uhr

Dieser Kurs richtet sich an SpielerInnen, welche noch nicht so lange spielen und den Schritt vom Federball zum Badminton machen wollen. Ziel des Kurses ist das Erlernen der Grundschläge.

Preis: CHF 225 pro Person

## Fortgeschrittene - 6 Lektionen (à 1h) Montag 18:45 bis 19:45 Uhr

Dieser Kurs empfiehlt sich als Fortsetzungskurs zum Einsteigerkurs oder für SpielerInnen, welche schon ein paar Jahre spielen. Ziel des Kurses ist die Verbesserung der Grundschläge, der Lauftechnik und der Taktik.

Preis: CHF 225 pro Person

Die Kurse werden erst ab 3 Teilnehmern und mit max. 6 Teilnehmern durchgeführt. Diese Gruppenkurse werden mehrmals pro Jahr ausgeschrieben. Daten und das Anmeldeformular sind auf unserer Homepage.

---

# BADMINTON PLAUSCHLIGA

Immer gegen die gleiche Person zu spielen, wird auf die Dauer ein bisschen langweilig. Unsere Plauschliga ermöglicht es, gegen andere zu spielen und neue Badmintonspieler/innen kennenzulernen.

Eine Runde dauert rund einen Monat, danach werden die Gruppen neu eingeteilt. Die Idee ist, dass man pro Monat maximal 4 Spiele hat.

Man macht selbständig mit dem Gegner ab, bucht den Platz und bezahlt diesen vor Ort.

Die Abwicklung der Plauschliga erfolgt via Whatsapp-Gruppe. Anmelden kann man sich per Mail an [plauschliga@sihlsports.ch](mailto:plauschliga@sihlsports.ch)

---

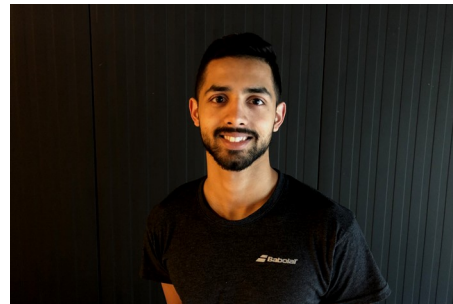
# UNSER TRAINERTEAM



Jonas Schwarz



Soraya de Visch Eijbergen



Rinoy Manavalan

# FRIDAY RACKET NIGHT

unterstützt durch **RAIFFEISEN**  
Raiffeisenbank Thalwil

## Spielen Sie auch gerne Tennis, Squash und Tischtennis?

Jeden Freitag findet im **SIHLSPORTS** die **FRIDAY RACKET NIGHT** statt.

Für nur CHF 37.50 spielt man von 20 bis 24 Uhr alle 4 Rückschlagsportarten à discrétion.

Die **FRIDAY RACKET NIGHT** eignet sich für seriöses Racketlontraining oder einen gemütlichen Sportabend unter Freunden. Vielleicht lassen sich sogar neue Spielpartner finden...

Eine Anmeldung ist erforderlich. Anmelden können Sie sich per Mail an [friday@sihlsports.ch](mailto:friday@sihlsports.ch), via Formular auf [www.sihlsports.ch](http://www.sihlsports.ch) oder telefonisch. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt. First come, first served.



Are you looking for a badminton game but don't have a teammate?



SIHLSPORTS Badminton 1  
WhatsApp-Gruppe



**Beginner**  
less than 2 years  
badminton experience



SIHLSPORTS Badminton 2  
WhatsApp-Gruppe



**Intermediate**  
2 - 5 years  
badminton experience



SIHLSPORTS Badminton 3  
WhatsApp-Gruppe



**Advanced**  
playing regularly and at least  
5 years badminton experience