

Tennis

Ein vielseitiger und gesunder Sport

Haben Sie Lust, Ihren ganzen Körper sportlich einzusetzen und das bei jeder Jahreszeit?

Wollen Sie dabei besonders Reaktion, Koordination und Ausdauer fördern? Dann könnte Tennis genau die richtige Sportart für Sie sein.

Kursinhalt

Erlernen oder Auffrischen der nötigen Technik.

Voraussetzungen zum Kursbesuch

Neueinsteigende: keine

Wiedereinsteigende und Fortgeschrittene:

Sie haben die Grundtechniken des Tennis (schon einmal) erlernt.

Hinweis

Hallenturnschuhe und bequeme sportliche Kleidung mitbringen. Rackets sind vorhanden.

Kursnummern

Neueinsteigende: 182a / **Wiedereinsteigende und Fortgeschrittene:** 183a

Wochentag / Zeit

Neueinsteigende: jeweils freitags von 15.00 – 16.00 Uhr

Wiedereinsteigende und Fortgeschrittene:

Jeweils freitags von 13.30 – 15.00 Uhr

Daten

Beide Niveaus: 14. November bis 19. Dezember 2025 (6 Kurstage)

Ort

Tennis- und Badmintoncenter, Ullmann-Halle, Gaiserwaldstrasse 16, 9015 St. Gallen

Dauer einer Lektion / Anzahl Lektionen & Kosten pro Lektion / Gesamtkosten

Neueinsteigende

60 Minuten / 6 Lektionen à Fr. 30.- / Total Fr. 180.-

Wiedereinsteigende und Fortgeschrittene:

45 Minuten / 12 Lektionen à Fr. 22.50 / Total Fr. 270.-

Leitung

Peter Halter, Seniorentennisleiter

Anmeldung und weitere Auskünfte

Pro Senectute Stadt St.Gallen, Davidstrasse 16, 9001 St. Gallen

Tel. 071 227 60 00 oder E-Mail: st.gallen@sg.prosenectute.ch

Links zu den Anmeldeformularen für diese Kurse im Internet:

[Kurs Neueinsteigende](#) / [Kurs Wiedereinsteigende und Fortgeschrittene](#)

