



Krey & Mewes Sportmanagement GbR | Weidenhäuser Str. 8 | 35037 Marburg

KREY UND MEWES
SPORTMANAGEMENT GbR

Inhaber:

Martin Mewes
Weidenhäuser Straße 8, 35037 Marburg
Telefon 0160 7314985
E-Mail martin-mewes@t-online.de

Bernd Krey
Rohrackerstraße 6, 74405 Gaildorf
Telefon 07971 9219830
E-Mail kontakt@40mm.info
Homepage www.40mm.info

11.30 Uhr Training Mentales

Martin Mewes ist ausgebildeter Mentaltrainer. In der Trainingseinheit möchte er Dir Übungen zeigen, wie Du Deine mentale Leistungsfähigkeit verbesserst und in Zeiten der Corona-Pause mit Stress besser umgehen kannst.

13.30 Uhr Praxis-Training ohne Tisch

Im Rahmen von Übungen und Schattentraining möchte Dir Bernd Krey helfen Dein Ballgefühl zu verbessern und ein besseres Gefühl für die Abläufe Deines Körpers zu bekommen.

14.30 Uhr Training Taktik

Was ist Taktik und welche taktischen Mittel gibt es? Welche Spielsysteme haben welche Stärken und Schwächen? Bernd Krey analysiert mit Dir jeweils ein Spiel über Youtube und unterstützt Dich so dabei ein besseres Spielverständnis zu bekommen.

15.30 Uhr Praxis-Training Fitness

Bernd Krey arbeitet gezielt mit Dir an Deinen Schwachstellen, damit Deine Schläge mehr Power haben und Du auch noch im Entscheidungssatz kraftvoll zubeißen kannst.

Das Training dauert jeweils 40 Minuten, da solange auf Zoom kostenfrei trainiert werden kann.

Kosten: 160 € für alle 24 Einheiten, 30 € für eine Themeneinheit wie bspw. 4x Fitness und 10 € für einzelne Einheiten

Der Betrag für die Anmeldung wird auf unten stehende Bankverbindung überwiesen, danach bekommt jeder Teilnehmer den Link für das virtuelle Training per E-Mail zugesendet.

Bankverbindung:
Sparkasse Marburg-Biedenkopf

Kto.-Nr. 18004046
BLZ 53350000

IBAN DE86 5335 0000 0018 0040 46
BIC HELADEF1MAR

Steuernr.:
03133860052