



SULKAPALLOKURSSI ALOITTELIJOILLE & HARRASTAJILLE

YLÖJÄRVELLÄ 10.1.2026 SYSSYN SULKIS

Haluatko kehittää sulkapallotaitojasi tehokkaassa, mutta rennossa ilmapiirissä? Tervetuloa mukaan koko päivän kurssille Syssyn Sulkikseen (Kolmenkulmantie 10, Ylöjärvi)!

Kurssi sopii aloittelijoille, lajista kiinnostuneille, 0–2 vuotta pelanneille harrastajille tai D tasoisille. Toteutetaan, jos vähintään 6 osallistujaa.



Päivä: Lauantai 10.1.2026



Hinta: 80 € / pelaaja

klo 10.00 – 15.00 / 18.00

Hinta sisältää: valmentajat, harjoituspallo, monipuolisen välipalan, tarvittaessa lainamailan

PÄIVÄN OHJELMA

Aika

Sisältö

10.00–11.00	Syötöt ja mailaotteet
11.00–12.00	Peruslyönnit
12.00	Kahvi- / välipalatauko
13.00–14.00	Hyökkäystaktiikka
14.00–15.00	Puolustustaktiikka
15.00	Kahvi- / välipalatauko
16.00–17.00	Vapaaehtoinen peliosuus
16.00 →	Välinetestaus ja keskustelua lajista



Ilmoittautuminen & Lisätiedot



badsmashes@gmail.com



Sonja 045 264 4265 / Mikko 040 841 2775