
VANAF 2 JAN 2027
HART PERFORMANCE CLUB
PADEL
PERFORMANCE
TRAINING
10 LESSEN
€119
SNELLER. STERKER. WENDBAARDER.
MELD JE AAN
PROGRAMMA & QR OP DE ACHTERKANT

HART PERFORMANCE CLUB

EERDER BIJ DE VOLGENDE BAL

Fysieke training in de gym voor volwassen padelspelers met enige speelervaring.

01–03

Controle & voetenwerk

Start met een nulmeting. Train je balans, leer scherp remmen en sneller draaien.

04–07

Kracht & reactie

Versterk je romp, schouders en grip. Reageer op onverwachte lichtsignalen met BlazePods.

08–10

Explosiviteit & vooruitgang

Train je eerste stap en herhaal korte rally-inspanningen. Vergelijk je eindtest met je nulmeting.

10 LESSEN / 65 MIN PER LES / 4–8 SPELERS

DOE MEE VANAF 2 JANUARI

€119 voor het volledige programma

Scan de QR-code of bel om je aan te melden.

040 298 95 35 · hartperformanceclub.nl

Ploegstraat 3, Eindhoven