

Warszawska Izba adwokacka zaprasza na treningi tenisowe

Komisja Integracji Środowiskowej Kultury i Sportu ORA w Warszawie zaprasza na treningi deblowo-mikstowe w formule tenisowego „MIX-IN” będą odbywać się w sezonie jesienno-zimowym. Letnie, pilotażowe spotkania na warszawskich kortach Legii spotkały się z dużym zainteresowaniem.

W treningu rozpoczynającym sezon, 1 października br., udział wzięli m.in.: adw. Sławomir Ciemny przewodniczący Wyższej Komisji Rewizyjnej, adw. Anisa Gnacikowska - członek Naczelnej Rady Adwokackiej oraz adw. Kamil Szmid - członek Okręgowej Rady Adwokackiej w Warszawie.

Zajęcia organizowane są na krytych kortach **Legia Tenis & Golf** o nawierzchni ceglana pod balonem, **w każdą niedzielę w godz. 17-19**, pod okiem wykwalifikowanego trenera tenisa (wyjątkowo pierwsze zajęcia były na nawierzchni typu „hard”)

Gramy „na punkty” w składach mieszanych, deblowych i mikstowych. Dopuszczalny jest udział jeden pary deblowej przeciwko parze mieszanej. W doborze par pomaga trener, który może uczestniczyć w grze w przypadku nierównej liczby uczestników. Trener będzie pilnować zmian co 40 min. Po zmianie będziemy grać z innym partnerem lub partnerką.

Wymagany poziom dla uczestników od 3,5 ntrp do 5,5 ntrp w singlu. Doświadczenie w deblu nie jest potrzebne.

Wpisowe od 1 października wynosi **60 zł** za 2h gry i jest płatne w recepcji klubu. Zbiórka o godz. 16:30.

ZAPISY: Prosimy o zapisy mailowe, email: komisja.integracji@ora-warszawa.com.pl. W tytule maila należy podać „Adwokacki MIX-IN” oraz dzień na który się Państwo zapisujecie. Zapraszamy także bez zapisu, ale nie gwarantujemy miejsca. W przypadku rezygnacji z zajęć prosimy o informacje dzień wcześniej.

Zapraszamy koleżanki i kolegów z innych Izb adwokackich.

Na zajęciach nie trzeba przychodzić z partnerem. Można uczestniczyć z dziećmi powyżej 14 lat lecz nie możemy zapewnić gry w parze z dzieckiem.

Zapewniamy piłki tenisowe oraz świetną atmosferę na kortach.

TERMINY:

8, 15, 22 i 29 października, godz. 17-19.00

5, 12, 19 oraz 26 listopada, godz. 17-19.00

3, 10 oraz 17 grudnia, 17-19.00

Mamy nadzieję, że zajęcia pomogą także w przygotowaniu do **XIII Otwartego Zimowego Turnieju Adwokatów**, który zaplanowany jest pod koniec stycznia 2024 r.

Serdecznie zapraszamy!

adw. Monika Rajska, Przewodnicząca Komisji Integracji Środowiskowej Kultury i Sportu ORA
Warszawa

