



Swiss Table Tennis

Swiss Table Tennis
Haus des Sports
Talgutzentrum 27
CH-3063 Ittigen b. Bern
Telefon +41 31 359 73 90
info@swisstabletennis.ch
www.swisstabletennis.ch
Member ITTF · ETTU

TISCHTENNIS FÜR HANDISPORT

DAS SCHWEIZERINKLUSIONS-SPORTANGEBOT



DU BIST EINE PERSON MIT BEHINDERUNG UND MÖCHTEST TISCHTENNIS SPIELEN?

Wende dich an den Inklusionsverantwortlichen

Fabrice Descloux

(fabrice.descloux@swisstabletennis.ch).

Er hilft dir, einen Club in deiner
Region zu finden.



TRAININGSANGEBOTE SIND AUCH
IN ZUSAMMENARBEIT MIT PLUSPORT
VERFÜGBAR:

www.plusport.ch

Plusport⁺

Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Handicap Svizzera
Sport Handicap Svizra



MÖGLICHKEIT, IM FREIZEIT- ODER
WETTKAMPFBEREICH ZU SPIELEN
MIT EINER LIZENZ IN EINEM DER
MEHR ALS 250 CLUBS VON
SWISS TABLE TENNIS

WARUM TISCHTENNIS SPIELEN?



1. GLEICHGEWICHT UND HALTUNG:

Begünstigt das Stehen und
stabilisiert den Rumpf.



2. KOORDINATION:

Synchronisiert Blick, Bewegungen
und Fortbewegung.



3. MUSKELTONUS:

Aktiviert die unteren und oberen
Extremitäten auf angepasste Weise.



4. FEINMOTORIK:

Verbessert die Präzision und
den Umgang mit dem Schläger.



5. KONZENTRATION:

Fördert Reflexe und die Schnelligkeit
des Denkens.



DIE SCHWEIZ SPIELT TISCHTENNIS!

GUBLER.ch
IHR PARTNER FÜR WETTKAMPF- & FREIZEITSPORT

 **swiss
olympic** | MEMBER



DONIC