

Följ med Friskis&Svettis Malmö till Training Camp, Monte Gordo, Algarve 24 april-1 maj

All Inclusive pris 10 995 kr*

Flyg med Norwegian Kastrup-faro

- Bagage fritt upp till 20 kg per person + handbagage
- Alla flygskatter
- Transfers t/r flygplats-hotell
- Logi i vald rumstyp och vald reslängd
- Halvpension, frukost och middag (middagen kan bytas ut mot lunch, detta måste dock meddelas hotellet för bytesdagen). Till alla måltider **ingår** måltidsdryck. Till lunch och middag ingår vatten, läsk eller öl (ej vin eller kaffe).
- Alla hotellskatter
- Hjälp och service från vår personal på plats.
- Lagstadgad mervärdesskatt.
- Tillgång till svensktalande sjukvårdsteam vid akuta sjukdomar och skador

Träningspaket (Fysisk Helpension):

- Professionell träningsledning av vår ledarstab
- Fritt deltagande på alla föreläsningar enligt program
- Fritt deltagande på alla praktiska och teoretiska aktiviteter enligt program (löpning, stavgång, jympa, avslappning, stationsträning mm, vissa variationer kan förekomma de olika veckorna). Vissa veckor kommer begränsningar att finnas och vissa veckor kan pristillägg förekomma för vissa aktiviteter.
- Fritt deltagande i Bergspasset inklusive busstransfer
- Gratis utnyttjande av hotelles spaanläggning en gång dagligen (jacuzzi, 2 sorters bastu samt gym med ett 20-tal träningsstationer).
- En daglig ranson av drycken ProViva Active
- Möjlighet att gratis låna och prova på utrustning (bl a löparskor, stavar, pulsklockor, tennisracket, golfklubbor (i mån av tillgång)).

*Ingår EJ i resans grundpris:

- Avbeställningsskydd (250kr/125 för barn under 15 år)
- Garanterad havsutsikt (700 kr per rum)
- Lunch

Flygbolag: Norwegian

Avreseort: Kastrup

Restid:

Kastrup-Faro 24 april, kl 07.10-10.20

Faro-Kastrup 1 maj, kl 11.15-16.25

Länkar

Träningsformer

http://www.springtime.se/comers/pages/showpage.jsp?page_cd=H.CAMP.TRAIN.INFOV&menuid1=341157&menuid2=413627&menuid3=344194

Grundprogram

http://www.springtime.se/comers/pages/showpage.jsp?page_cd=H.CAMP.GENERAL.PROGR&menuid1=341157&menuid2=413627&menuid3=347190

Ledare

http://springtime.se/comers/pages/showpage.jsp?page_cd=H.CAMP.TRAIN.LEDV&menuid1=341157&menuid2=413627&menuid3=346155

Yellow Monte Gordo Beach Hotel

http://www.springtime.se/comers/pages/showpage.jsp?page_cd=H.CAMP.GENERAL.HOTEL&menuid1=341157&menuid2=413627&menuid3=347183

Monte Gordo

http://www.springtime.se/comers/pages/showpage.jsp?page_cd=H.CAMP.GENERAL.MONTV&menuid1=341157&menuid2=413627&menuid3=347117

Boka här!

http://www.springtime.se/comers/pages/showpage.jsp?page_cd=H.CAMP.GENERAL.PRICEV&menuid1=341157&menuid2=413627&menuid3=347185