

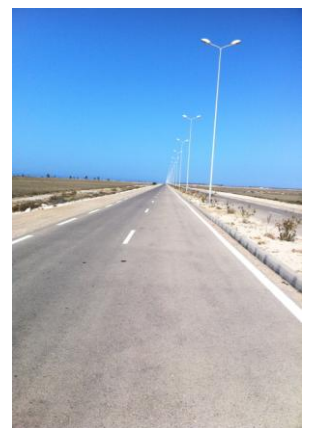
Inline - Event im Aldiana Djerba Atlantide vom 05.03. – 13.03.2012



Speedskating mit Michael Puderbach & Team CRAFT - X-Tech



Wissenschaft für gesunde Haut



„Inline“Speedskating - Trainingswoche

Fit in die Marathon Saison!

Die großen Inline-Marathons faszinieren auch in diesem Jahr wieder Tausende von Skatern. Das betrifft nicht nur die Spitzenfahrer und Profi - Skater sondern vor allem die Fitnessbewussten mit dem Sinn für das besondere Sporterlebnis. Da stellt sich doch für jeden die Frage:

Was gibt es noch zu tun, um richtig fit sicher und schnell zu sein?

Wie knacke ich die 1:20 und wie verhalte ich mich im Rennen?

Diese Fragen beantwortet Ihnen Michael Puderbach und seine Teamkollegen. Michael Puderbach ist einer der erfolgreichsten deutschen Marathon – Speedskater. Zu seiner sportlichen Vita zählen Siege bei den großen Deutschen Stadtmarathons. Unter anderem konnte er zweimal den Karstadt – Marathon gewinnen und 2mal die Deutsche - Meisterschaft 2006 und 2010. 2011 konnte er den Deutsche Post – Marathon in Bonn gewinnen.

Freuen Sie sich auf ein vielfältiges Programm:

- Tägliches Training mit verschiedenen Skateeinheiten
- Verschiedene Trainingsgruppen
- Vorträge zu verschiedenen Themen
- Spezielle Kräftigungsübungen für Skater
- Indoor – Cycling / Spinning Einheiten
- Individuelle Beratung zur Trainingsplanung
- Entspannung im Wellness - Center
- Höhepunkt werden die Ausfahrten auf den sehr guten Straßen sein und das abschließende 5 km Einzelzeitfahren

Die Teilnehmer werden zusätzlich von seinen ebenso erfolgreichen Teamkollegen Toni Deubner (Deutscher Meister über 1.000 Meter) und Patrick Täubrecht (Sieger des Leipzig – Marathon 2011) begleitet.

Das Programm ist für Fitness Skater als auch für ambitionierte Skater ausgelegt.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Sicherheit auf Skates, körperliche Gesundheit und eine gewisse Grundkondition. Eigene Skates, Helm und Schutzausrüstung.

Jeder Teilnehmer erhält ein:

- CRAFT-Funktionsshirt
-
- Sebamed – Pflegeset
- Sportgetränke und Energieriegel von



Weitere Informationen über

<http://www.aldiana.de/clubanlagen/djerba-atlantide.html>

Reisetermin: 05.03. – 12.03.2012 oder 06.03. – 13.03.2012

Eventtermin: 07.03. - 11.03.2012

Preisbeispiel:

Die Unterbringung im Doppelzimmer kostet z.B.:

inklusive Flug ab/bis Frankfurt vom 05.03.-12.03.2012

pro Person € 678,00 plus € 69,00 Eventgebühr = € 747,00 in Kat. S
(begr. Verfügbarkeit)

bzw. € 738,0 plus € 69,00 Eventgebühr = € 807,00 in Kategorie B.

oder

inklusive Flug ab/bis Nürnberg vom 06.03.-13.03.2012

pro Person € 708,00 plus € 69,00 Eventgebühr = € 777,00 in Kat. S (begr.
Verfügbarkeit)

bzw. € 768,0 plus € 69,00 Eventgebühr = € 837,00 in Kategorie B.

In diesen Reiseangeboten ist der **Zug zum Flug**, der **Transfer** vom/zum Flughafen Djerba Zarsis/Aldiana Djerba Atlantide und **All Inclusive** enthalten!

Der Gesamtpreis variiert in Abhängigkeit vom Reisezeitraum, von der Zimmerbuchung und vom Abflughafen!

Folgende Abflughäfen sind verfügbar:

Reise vom 05.03.-12.03.2012:

ab Frankfurt, Düsseldorf, Stuttgart oder München

Reise vom 06.03.-13.03.2012:

Köln, Dortmund, Münster/Osnabrück, Nürnberg

Paderborn, Hannover, Bremen, Hamburg, Berlin-Tegel

Erfurt, Leipzig

Die Buchung dieses Inline-Camps ist über [Aldiana](#) möglich oder in jedem guten Reisebüro

Anbei weitere Bilder von der Clubanlage und den Strecken vor Ort!

