



AKTIV HOTEL

ELZACH

Zum siebten mal

SCHWARZWALD

Handbike - Trainingscamp 2010

08. bis 15. August

U professionelles Umfeld

B top Betreuung

T erfahrene Trainer Team Otto Bock

AKTIV HOTEL Elzach
Am Schießgraben 11
79215 Elzach
Tel.: 07682/ 905 410

www.aktivhotel-elzach.de
info@aktivhotel-elzach.de

Hol dir den Bumsss !

FÜR WEN?

Fortgeschrittene Profis
Anfänger

INHALT?

Grundlagentraining, Kraftausdauer,
Kraft -- allg. Fitnessübungen --
Trainingslehre -- Handbikeoptimierung

WAS NOCH?

Rahmenprogramm für Aktive &
Begleitpersonen: Grillabend --
„Tour de France“ viewing --
Auf Wunsch: Organisation von Quadtouren,
Besuch Europa Park Rust, Fondation Beyler,
Automuseum Mulhouse

Angebot: **364,- Euro** 7 ÜF / HP &
Bikerimbiss

powered by:

