

## Triathlon Camp März 2023

**Wo:** Gardasee – Torbole Aktivhotel Santa Lucia [www.aktivhotel.it/de](http://www.aktivhotel.it/de)

**Für Wenn:** für Jeden - vom Wettkampfsportler über Familienangehörige bis hin zu Hobbysportlern oder Einsteigern

**Wann:** Mi. 8. März 2023 bis So. 12. März 2023

**Kosten:** 5 Tage Doppelzimmer € 390.- pro Person oder Einzelzimmer € 540.-

**Hotel:** Ausgezeichnet als bestes Hotel am Gardasee, in traumhaft ruhiger Lage mit einem Frühstücksbuffet das keine Wünsche offen lässt. Beheizter 25m Pool, großer Wellnessbereich, sehr schöne Zimmer, Fitnesscenter, Radwerkstatt, Radkeller, Wäscheservice, Weinkeller und vieles mehr.

**Trainings:** Unter dem Motto: jeder kann keiner muss, kann jeder selbst entscheiden welche Trainings mitgemacht werden. Diese werden jeweils für den nächsten Tag ausgeschrieben, wo man sich dann eintragen kann. Geführt durch den staatlich ausgebildeten Triathlontrainer und Athlet Christian Bruckner.

**Schwimmtrainings:** mit Video- und Technikanalyse, dazu passende Korrekturübungen

**Radtrainings:** Rennrad oder MTB in 2 verschiedenen Leistungsgruppen – Räder können auch vor Ort ausgeliehen werden

**Lauftrainings:** mit speziellen Laufübungen und Technikanalyse

**Athletiktrainings:** Beweglichkeit und Körperkräftigung

**Anreise:** möglichst über Fahrgemeinschaften

**Weitere Infos / Anmeldung:** Christian Bruckner 0650 6559660 [info@christianbruckner.at](mailto:info@christianbruckner.at)

