

## Familien Camp Porec 2025

**Wo:** Porec – Kroatien Hotel Parentino \*\*\*\*

<https://www.valamar.com/de/hotels-porec/parentino-hotel>

**Wann:** Samstag 12.04. – Freitag 18.04.2025 (6 Nächte)

**Kosten:** 7 Tage: DZ € 450 - EZ € 620

Kind bis 2 Jahre gratis - Kind bis 12 Jahre im Zimmer der Eltern € 260  
inkl. Frühstück + Abendessen

**Geplanter Ablauf:** ab 07 Uhr Frühstück – ca. 9 Uhr Radtraining – 14 Uhr  
Schwimmtraining und Athletiktraining – ab 18.30 Uhr Abendessen

**Schwimmtraining:** wir werden jeden Tag ein Schwimmtraining im 25m Becken oder  
Meer machen

**Radtraining:** wir werden 2-3 Gruppen machen und dann individuell über  
Dauer/Intensität/Strecke usw. entscheiden, Richtwerte: 1. Gruppe - 100KM 28KM/H,  
2. Gruppe - 60KM 26KM/H

**Lauftraining:** vor Frühstück bzw. individuell

**Athletiktraining:** Beweglichkeit / Körperkräftigung ohne Geräte im Freien bzw. drinnen,  
Dauer ca. 40min

**Anreise:** selber oder über Kleinbus (Kosten ca. € 130.-)

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

