

Masters Trainingscamp Lanzarote

01. - 08. Nov. 2024



Angeboten wird ein einwöchiges Trainingscamp auf Lanzarote mit den Schwerpunkten Techniktraining und Ausgleichsgymnastik. Geschwommen wird im olympischen Becken mit 50m-Bahn. Das Camp steht Masters-Schwimmer*Innen aller Leistungslevel offen. Geplant sind täglich bis zu 2 Wassereinheiten à 90 - 120 Min., sowie mehrere Gymnastikeinheiten à 45-60 Minuten. Zusätzlich werden wir uns mit der Schwimmtechnik jedes einzelnen mit Hilfe von Videoanalysen auseinandersetzen. Das Training wird von erfahrenen Masters-Trainer*innen (B-Lizenz Leistungssport Masters oder höher) begleitet.

Organisation & Camp-Leitung:

Margarete Esser

Veranstaltungsort:

Club La Santa, Lanzarote, 50m-Pool (Süßwasser),
Kraftraum und vielen weiteren Sport- und
Ausflugsmöglichkeiten

Anmeldeschluss:

31.08.2024

Teilnehmerzahl:

min. 10 / max. 25

Kosten:

Trainerpaket EUR 250

Unterkunft, Verpflegung, Flug, Transfer werden
direkt bei CLS La Santa gebucht

Geschätzte Kosten für die Reise inkl. Flug, Unterkunft, Verpflegung und Transfer
(Stand Ende Dezember)

1 Woche	Comfort-Apartment	Suite
3er Belegung	937 €	1.267 €
2er Belegung	1.127 €	1.627 €
1er Belegung	1.697 €	2.707 €

Begleitpersonen sind willkommen, und können ebenfalls direkt bei La Santa gebucht werden.

Wer noch eine Zimmerpartnerin oder -partner sucht, kann sich gerne bei Margarete melden.

Infos zur Unterkunft

Sporthotel Club La Santa, weitere Details zur Unterkunft & Sportmöglichkeiten findet Ihr hier [Sporthotel - Sporturlaub auf Lanzarote! Hier buchen \(clublasanta.com\)](http://clublasanta.com)

Bitte bucht erst bei La Santa, wenn ihr eine Bestätigung für das Trainerpaket erhalten habt. Nur so könnt Ihr sicherstellen, dass das Trainingscamp auch stattfindet. Darüber hinaus empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittversicherung.

Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl von **mindestens 10 Personen** kann das Camp abgesagt werden; geleistete Zahlungen werden zurückerstattet. Die Teilnehmerzahl ist auf **max. 25 Personen** begrenzt.

Bei Fragen könnt ihr Margarete oder mich gerne kontaktieren, am liebsten per E-Mail.

Silke Heuser

Deutscher Schwimm-Verband e.V.
Abteilung Wettkampfsport Masters
Referentin Lehrwesen
Richard-Breitenfeld-Str. 72
60438 Frankfurt
silke.heuser@dsv-master.de