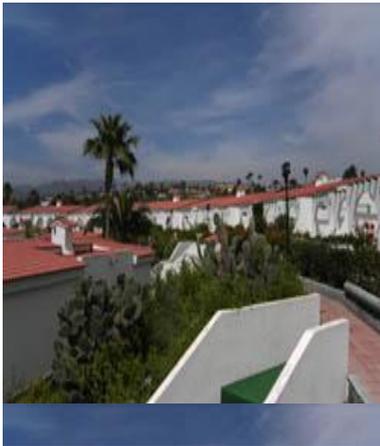


REINHOLD FUHRIG

- ✓ über 20 Jahre Erfahrung
- ✓ persönliche Betreuung
- ✓ individuelles Trainingskonzept

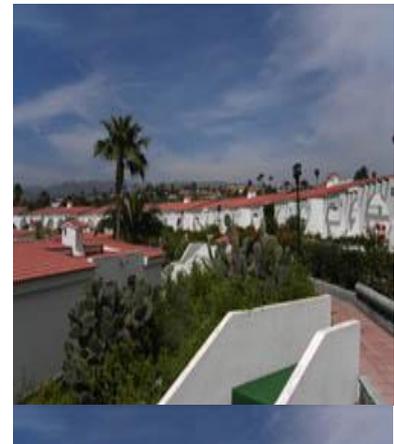


TRAININGSLAGER GRAN CANARIA 2010



UNTERKUNFT

Unterbringung in einer weitläufigen, ruhigen, gepflegten 2,5 Sterne Bungalow Anlage von überdurchschnittlichem Niveau. Die Anlage befindet sich in einem großen, Schatten spendenden Garten mit Süßwasser-Swimmingpool, Sonnenterasse, Internetecke, Minimarkt, Bar und Restaurant. Weitere Restaurants in unmittelbarer Nähe. Hell eingerichtete Bungalows mit kombiniertem Wohn-/Schlafraum, einem separaten Schlafraum, Sat-TV (gegen Münzeinwurf), Kitchenette, Bad oder Dusche/WC und möblierte Terrasse.



VERSORGUNG

Die Bungalows sind mit einer Kitchenette ausgestattet, so dass die Möglichkeit zur Selbstversorgung besteht. Dies ist besonders im Hinblick auf eine passende Mahlzeit nach den Trainings-einheiten sehr wichtig. Es werden regelmäßig zentrale Einkäufe in einem Supermarkt für Einheimische und zu den Markthallen organisiert. Die Preise dort liegen deutlich unter denen der Touristen-Supermärkte, nur typisch deutsche Lebensmittel sind etwas Deutschland. Alternativ können die preiswerten Angebote der lokalen Gastronomie genutzt werden.

DAS TRAINING

SCHWIMMEN

Das Schwimmtraining findet im „Piscina municipal“, dem städtischen Schwimmbad statt. Es stehen zwölf 25 m Bahnen mit angenehm temperiertem Wasser zur Verfügung. Je nach Gruppengröße teilen sich zwei bis drei Sportler eine Bahn.

RADFAHREN

Die Berge Gran Canarias bieten mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden Herausforderungen für alle Leistungsklassen. Das Training findet in Gruppen mit Teilnehmern ähnlicher Leistungsstärke statt.

LAUFEN

Das nahe dem Schwimmbad gelegene Stadion bietet ideale Trainingsmöglichkeiten für gezielte Laufeinheiten. Die gepflegte Rasenfläche in der Mitte der Laufbahn wird zu Ergänzung in das Trainingsprogramm eingebunden.



DAS ANGEBOT

Unterbringung ohne Verpflegung in der Bungalowanlage Duna Beach / Campo International im Bungalowtyp mit einem Schlafzimmer für 2 Personen, Bad, WC, Wohn-/Schlafraum und Terrasse. Preise gelten nur bei 2er-Belegung, Aufpreis bei Einzelbelegung.

Termin 23.01. – 06.02.2011 / zwei Wochen

Flug ab / bis Paderborn (voraussichtlich mit CONDOR)

Termin für 2 Wochen	23.01. – 6.02.2011	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 577,00	
Zzgl. Fahrradtransfer vom Flughafen zum Hotel und zurück	€ 30,00	Zahlbar in bar vor Ort
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Frühbucherpreis inkl. voraussichtlicher Luftverkehrssteuer ab 01.01.11

Flug ab / bis Köln / Bonn (voraussichtlich mit TUIFLY)

Termin für 2 Wochen	23.01. – 6.02.2011	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 537,00	
Zzgl. Fahrradtransfer vom Flughafen zum Hotel und zurück	€ 30,00	Zahlbar in bar vor Ort
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Frühbucherpreis inkl. voraussichtlicher Luftverkehrssteuer ab 01.01.11

Termin 03.04. – 17.04.2010 / alternativ eine oder zwei Wochen

Zwei Wochen

Flug ab / bis Paderborn (voraussichtlich mit Condor)

Termin für 2 Wochen	03.04. – 17.04.2010	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 577,00	
Zzgl. Fahrradtransfer vom Flughafen zum Hotel und zurück	€ 30,00	Zahlbar in bar vor Ort
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Frühbucherpreis inkl. voraussichtlicher Luftverkehrssteuer ab 01.01.11

Flug ab / bis Paderborn (voraussichtlich mit Air Berlin)

Termin für 2 Wochen	03.04. – 17.04.2010	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 538,00	
Fahrradtransfer ist nicht möglich		
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Superfrühbucherpreis Luftverkehrssteuer ab 01.01.11 ist noch nicht im Preis enthalten

Flug ab / bis Köln (voraussichtlich mit TUIFLY)

Termin für 2 Wochen	03.04. – 17.04.2010	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 542,00	
Zzgl. Fahrradtransfer vom Flughafen zum Hotel und zurück	€ 30,00	Zahlbar in bar vor Ort
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Frühbucherpreis inkl. voraussichtlicher Luftverkehrssteuer ab 01.01.11

Eine Woche

Flug ab / bis Paderborn (voraussichtlich mit Condor)

Termin für 1 Woche	10.04. – 17.04.2010	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 493,00	
Zzgl. Fahrradtransfer vom Flughafen zum Hotel und zurück	€ 30,00	Zahlbar in bar vor Ort
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Frühbucherpreis inkl. voraussichtlicher Luftverkehrssteuer ab 01.01.11

Flug ab / bis Paderborn (voraussichtlich mit Air Berlin)

Termin für 1 Woche	10.04. – 17.04.2010	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 434,00	
Fahrradtransfer zum Hotel nicht gegeben		
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Superfrühbucherpreis Luftverkehrssteuer ab 01.01.11 ist noch nicht im Preis enthalten

Flug ab / bis Köln / Bonn (voraussichtlich mit TUIFLY)

Termin für 1 Woche	10.04. – 17.04.2010	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 463,00	
Zzgl. Fahrradtransfer vom Flughafen zum Hotel und zurück	€ 30,00	Zahlbar in bar vor Ort
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Frühbucherpreis inkl. voraussichtlicher Luftverkehrssteuer ab 01.01.11

Flug ab / bis KÖLN / BONN (voraussichtlich mit Air Berlin)

Termin für 1 Woche	10.04. – 17.04.2010	Bemerkungen
Pauschalreisepreis pro Person	ab € 442,00	
Fahrradtransfer zum Hotel nicht gegeben		
Zzgl. Fahrradbeförderung im Flugzeug	€ 50,00	In einer Hülle verpackt

Superfrühbucherpreis Luftverkehrssteuer ab 01.01.11 ist noch nicht im Preis enthalten

COACHING

Honorar	Pro Woche
Athleten, die meiner ständigen Betreuung sind	120 €
Athleten, die nicht in meiner Betreuung sind	170 €

Für Buchungen und Fragen zur Reise setzt Euch bitte direkt mit Fr. Kreft in Verbindung:

Frau Barbara Kreft
Reisebüro Zöller e.K.
Kirchstr. 2, 58762 Altena
Telefon 02352 92890
E-Mail: info@reisebuero-zoeller.de.

Das Coaching-Honorar ist bis eine Woche vor Beginn des Trainingslagers an mich zu zahlen.

Die o.g. Reisepreise behalten ihre Gültigkeit bei Anmeldung bis zum 31. Oktober 2010 Zwischenverkauf vorbehalten. Mindestteilnehmerzahl 10 Personen. Bei geringerer Teilnehmerzahl muss neu kalkuliert werden.