

Costa Blanca, Spanien 11.04.22; 23.04.22 und 05.05.22 - 10 Tage



Bei dieser Reise steht **Abnehmen** im Vordergrund!

Du möchtest endlich die überschüssigen Kilos verlieren und eine alltagstaugliche Lösung?

Dann ist diese Reise genau das richtige für Dich!

Wir holen Dich da ab wo Du stehst und bringen Dich einige Kilo leichter und braun gebrannt wieder nach Hause.

Erlebe während unseres Programms die wunderschöne Costa Blanca und das mediterrane Klima bei auf Dich abgestimmten Aktivitäten.

Wir werden 10 Tage zusammen verbringen. Vor Ort erwartet Euch ein top ausgebildetes Trainerteam, welches jeden Tag ein anderes abwechslungsreiches Sport- und Aktivitätsprogramm für Euch vorbereitet hat. Um Euch den Abnehmerfolg zu garantieren gehören Körperkunde, Ernährungslehre und auch Kochkurse zum umfangreichen Angebot. Bei den sportlichen Aktivitäten handelt es sich um eine Mischung aus qualifizierten Kursen und Ausflügen. Zu den Kursen zählen Aquagymnastik, Workouts (Ausdauer und Kraft), Walken, Stretching, Pilates und vieles mehr. Die Workouts werden auf jeden Teilnehmer angepasst und das Trainingsniveau wird berücksichtigt, so dass für jeden genau das richtige Level gefunden wird. Bei den Ausflügen erkunden wir die wunderschöne Costa Blanca, mit ihren Sehenswürdigkeiten wie Höhlen, Berge, Strände oder Wasserfälle. Neben Vorträgen und theoretischen Tipps zur Ernährung wird Euch auch die praktische Umsetzung vermittelt. Außerhalb der Programmpunkte steht Euch die Villa mit Pool und Relax Zonen zum Entspannen zur Verfügung. Abends genießen wir beim gemeinsamen Austausch die wunderschönen Sonnenuntergänge.

Maximale Teilnehmerzahl: 20

Die Teilnehmer werden in kleinere Gruppen aufgeteilt, um das Trainingsniveau berücksichtigen zu können und eine persönlichere Betreuung zu gewährleisten.

Hinweis

Zielflughäfen sind Valencia (VLC) oder Alicante (ALC) in Spanien.

Anreise und Abreise ist jeweils den ganzen Tag möglich. Wir bieten einen Shuttleservice an, welcher dazu gebucht werden kann. Mit der Buchungsbestätigung bekommst Du noch mehr Infos.

Villa Jávea

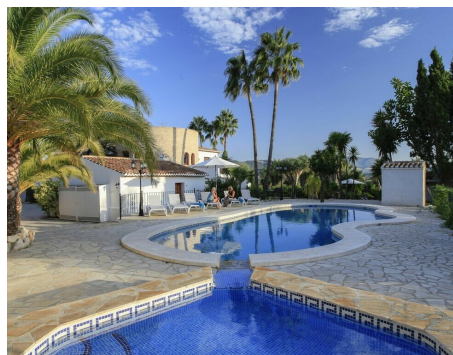
Genießen Sie das mediterrane Flair, die spanische Sonne auf Ihrer Haut und den Sand unter Ihren Füßen. Wo lässt es sich einen Aktivurlaub besser genießen als unter den Palmen Spaniens? Unsere Villa bietet Ihnen genau das.

Die Villa liegt im schönen Küstenort Xàbia (gesprochen Jávea). Am Pool und unter den Palmen oder an kleinen idyllischen Plätzchen rund um die Villa lässt sich die spanische Sonne besonders gut genießen. Die Schlafzimmer haben jeweils zwei Betten. Die Zimmer haben alle ein eigenes Badezimmer mit Dusche. Die Betten können auf Wunsch zusammen oder getrennt stehen. Ob also mit dem Partner, der besten Freundin oder einer neuen Bekanntschaft durch die gemeinsame Reise, die Zimmer werden jeder Situation gerecht. Natürlich kann auch ein Einzelzimmer gebucht werden.

Xàbia ist im Norden der Costa Blanca. Die historische Innenstadt und das Hafenviertel, ursprüngliches Fischerviertel, zeigen die Spuren vielfältiger Kulturen der Stadt.

Das große Naturschutzgebiet ist eingerahmt vom Kap San Antonio und Kap La Nao und bietet 15 Aussichtspunkte sowie viele Strände und Buchten. Der Naturpark El Montgó hat außerdem einige Windmühlen, die auf zahlreichen Wanderwegen besichtigt werden können.

Es gibt also viel zu sehen und zu erleben.



Leistungen:

- 9 Nächte in der Villa (inkl. Bettwäsche, Handtücher etc.)
 - Vollpension (Komplette Verpflegung)
 - Klimaanlage
 - Wasser, sowie gesunde Erfrischungsgetränke den ganzen Tag
 - Waschmaschine
 - Eingangstest (Körperanalyse, Bodycheck)
 - tägliche Sporteinheiten mit qualifizierten Trainern
 - Ausflüge, Wanderungen etc.
 - Ernährungsführerschein (ca. 100EUR Erstattung durch die Krankenkasse)
 - Polar Ignite (Pulsmessung) als Leihgabe während der Reise
 - Trinkflasche, Sporthandtuch
 - WLAN
- Du zahlst bei uns den vollen Reisepreis. Nach der Reise kannst Du dir mit dem Zertifikat des Ernährungsführerscheins bei Deiner Krankenkasse ca. 100EUR erstatten lassen.

Preis:

11.04.2022 - 20.04.2022 - Villa Jávea

Doppelzimmer (Preis für 2 Personen)	1999 €
Einzelbett in einem Doppelzimmer	999 €
Einzelzimmer (nur eine begrenzte Anzahl an Zimmern verfügbar)	1499 €



Durch das mediterrane Klima der Costa Blanca ist das Wetter das ganze Jahr sehr angenehm und mild.