



FITNESS & WELLNESSWOCHE IN KROATIEN

ENERGIE TANKEN. FITTER WERDEN. SPASS haben!

Dem Alltag entfliehen. Die perfekte Mischung aus Sport, Spaß, Entspannung & Entdeckung. Unser qualifizierte Trainerteam bringt euch unter der Sonne Kroatiens zum Schwitzen. Weit abseits von eurem Alltag könnt mit uns gemeinsam Energie abbauen. Freut euch auf eine erlebnisreiche Woche mit vielen Outdoor-Aktiveinheiten.

„Natürlich habt ihr genügend Zeit für gutes Essen, Entdeckungstouren, neue Freundschaften und einfach nur zum Entspannen. Ihr bestimmt euer Pensum selber und entscheidet an welchen Kursen ihr teilnehmen möchtet“, sagt Ralf Krutz, Ehemaliger Minentaucher u. Fachsportleiter Gesundheitssport.

Übersicht:

- Seite 2: Preise und Inklusiv-Leistungen
- Seite 3: Highlights im Überblick
- Seite 4: Fitnessprogramm/ Beispieltag
- Seite 5: Hotelbeschreibung/ Der Ort Brela

Preise und Inklusiv-Leistungen

Dauer: 8 Tage / 7 Nächte

Reisezeitraum: 25.09.2021 – 02.10.2021

- 7 Übernachtungen im 4 Sterne Bluesun Hotel Soline ****
- Halbpension in Buffet Form
- Abwechslungsreiches und vielseitiges Sportprogramm mit qualifiziertem Trainerteam (3 Std. täglich)
- Freie Hallenbad Nutzung
- Frisch renoviertes Fitnessstudio frei nutzbar
- mimind Goodie Bag mit Trinkflasche
- Welcome Drink
- Reisepreissicherungsschein

Preis im halben Doppelzimmer: 849,00€

Einzelzimmerpreis: 969,00€

Zuschlag für Zimmer mit seitl. Meeresblick: 25,00€/Woche

Flughafentransfer am Urlaubsort: 50,00€

Bootsausflug zu der vorgelagerten Insel inkl. Snack: 30,00€

Rafting inkl. Transfer: 45,00€

Mindestteilnehmerzahl: 6 Teilnehmer

Maximalteilnehmerzahl: 15 Teilnehmer

Highlights im Überblick

Fitness, Erholung, naturbelassenes Umland und hervorragende Strände – an der dalmatinischen Küste Kroatiens finden wir einen echten Reisetipp für Entdecker, Naturliebhaber und Sportenthusiasten. An einer der schönsten Küsten Kroatiens, der Makarska Riviera, trifft die kristallklare Adria auf kroatisch, mediterrane Lebensweise. Unser Hotel ist von drei Seiten vom Meer umgeben und nur 20 Meter vom Strand entfernt. Ein weiteres Highlight ist die sehr lange & naturbelassene Strandpromenade für Walking-/Joggingeinheiten. Als „AUSFLUGS-MUSS“ bieten wir eine Bootstour zu einigen vorgelagerten Inseln (wie z.B. Brac) an. Auch eine Rafting-Tour bieten wir während unserer Fitnessreise an (optional).

Unsere Top 5-Highlights im Überblick

- Breites Sport- und Wellnessangebot unter der Sonne Kroatiens
- Trainingseinheiten mit qualifizierten & lizenzierten mind Trainern (keine Hotelanimateure)
- Sehr schönes Hotel in direkter Strandlage
- **Team Spirit intensiv erleben!** Eben kein Fitness-Club Urlaub in riesiger Anlage mit 100 Teilnehmern. Unsere Maximalteilnehmerzahl beträgt 15 Teilnehmer.
- Sehr leckeres Frühstück & Abendessen inklusive

Fitnessprogramm / Beispieltag

In unserem Fitnessprogramm erwartet dich eine vielseitige Mischung für jeden Geschmack. Hier ein kleiner Auszug: *Wake-Up Jogging*, Power-Workout, TRX- Training, Freeletics, CrossLethics, Entspannungseinheiten (wie z.B. Yoga oder Pilates), Training For Warriors, Team Challenges, Walking-/Jogging, Zirkel Training, Core-Tabata, Bootcamps, Functional Fitness, und vieles MEHR! Auch eine Wanderung ins wunderschöne Hinterland wird auf dem Programm stehen. NEU: Täglich Jumping Fitness Einheiten.

Beispieltag:

08:00 – 09:00 Uhr - Bootcamp-Einheit am Meer

12:00 – 12:45 Uhr - TRX-/Theraband Workout

17:00 – 18:00 Uhr - Relaxing / Entspannungseinheit

Die Trainingseinheiten werden zielgerecht angesetzt. Wir werden dich an einigen Tagen so richtig auspowern und zwischendurch wird die Ausdauerinheit z.B. eine leichte Wanderung sein. Somit setzen wir gezielt unterschiedliche Reize und der Spaß kommt garantiert nicht zu kurz.

Hotelbeschreibung

Bluesun Hotel Soline****

Das Hotel wurde in 2019 komplett renoviert. Es wird an drei Seiten vom Meer umgeben und liegt nur 15 Gehminuten von einem der schönsten und saubersten Küstenabschnitte Kroatiens (Strand Punta rata) entfernt.

Das Hotel verfügt über neu eingerichtete Design Zimmer mit Blick auf das Meer oder den Kiefernwald. Die Einzelzimmer sind 17qm und die Standard Doppelzimmer sind 21qm groß.

Es gibt ein Restaurant mit Terrasse, das A-la-Carte Restaurant und die Weinbar, in welchen sich die ortsbekanntesten Köstlichkeiten genießen lassen. Die Küche ist mediterran und kontinental.

Zudem verfügt das Hotel über ein modern eingerichtetes Wellnesszentrum (1.500qm Innen- und Außenbereich) mit Außen- und Innenpools mit Poolbar. Hydromassagedrüse- und liegen, Wasserfallduschen, und verschiedene Saunen sind gegen Aufpreis nutzbar.

Zur freien Verfügung steht ein neu eingerichteter Fitnessraum.

Der Ort Brela

Der modernisierte Ort Brela vereint die Schönheit der mediterranen Adriaküste mit seinen wunderbaren weißen Kiesstränden unter schattenspendenden Kiefernbaumen mit den atemberaubenden Bergketten des Biokova Naturschutzgebiets im nahen Hinterland. Ein Spaziergang an der Strandpromenade ist ein Muss! In Brela findest du einen kleinen Hafen mit Restaurants, Supermärkten und ein paar Läden.

Jeder ist herzlich willkommen! Egal ob Sparteinsteiger oder Fitnessprofi. Ein harmonischer Mix! Komm mit uns und lass dich von dieser wunderschönen Region begeistern. Wir freuen uns auf dich!



Ansprechpartner: Dominic Krutz

mimind – Aktiv & Lifestyle Reisen GmbH

02132 – 516 18 42

0176 – 649 86 789

www.mimind.de

mimind Aktiv & Lifestyle Reisen GmbH
Gartenstrasse 51
40667 Meerbusch
E-Mail: info@mimind.de
Telefon: 0176 486
www.mimind.de

