

www.dashohesalve.at
www.coach-kata.de



DAS
HOHE SALVE
SPORTRESORT



TRAIL RUNNING CAMP

27. - 30.06.2024





DAS RESORT

- Unterbringung im DZ mit Halbpension
- sportwissenschaftl. Move & Relax Philosophie
- 2 Saunen, Infrarotkabine
- Dampfsauna mit Salzpeeling
- täglich ein vielseitiges Move Programm
- 25m Sportbecken und Indoor- und Outdoor-Pool
- Badetasche mit Badeslipper und Badetüchern
- Pflegeprodukte
- Wasser, Zitronenwasser, Tee und Obst
- Immun-Boost-Shots und Superfood-Müsliriegel für Deinen Energieschub
- Bike-In/Bike-Out durch direkte Lage an der Bergbahn möglich
- kostenfreies WLAN



www.dashohesalve.at
www.coach-kata.de



DAS
HOHE SALVE
SPORTRESORT

TRAINER

- **Patrick Koller**

Sportmanager Move & Relax
Ehemaliger Profi-Skicrosser

- **Katarina Reichel-Kühl**

Functional Strength Master
Trailrunningcoach



ABLAUFPLAN

Donnerstag 27.06.2024

- ca. 15:00 Uhr Anreise
- Warmup-Runde rund um Hopfgarten

Freitag 28.06.2024

- Trailrunning (ca. 15km mit Technikkurs)
- Dehnung & Mobilisation
- Aquafitness

Samstag 29.06.2024

- Longrun Trailrunning (ca. 25km und Lauschule)
- Yoga

Sonntag 30.06.2024

- Schwimmen für Frühaufsteher
- Individuelle Nutzung des Move & Relax Angebots
- Late Check-Out bis 12 Uhr



**Wir freuen uns
auf DICH!**

DEIN
Trailrunning Camp
ab
630,00 Euro im DZ

**Anmeldung unter:
camps@coach-kata.de**