

Träningsresa med Korpen till Turkiet

Träna!

Så mycket / lite du önskar.

För att komma igång eller för dig som är vältränad.

Korpen Eskilstunas erfarna instruktörer leder träningen.

En vecka med både förnuft och känsla för vad som gör livet gott.

Umgänge via sol och bad.

Utmärkt träning och goda måltider.

Exempel på träning:

Jogging/promenad

Vattengympa

Stavgång

Gympa (Rygg & hoppfri)

Avslappningsövningar

Egna instruktörer

Medverkan är helt frivillig



All Inclusive, dvs.
Allt Inkluderat
Resa
Boende
Mat + Dryck
All Träning

Bokning - Frågor
Nazar Nordic AB
0770 777 888 + tryck
2

Öppet kl 8.00-18.00

När du bokat resan
Informera Korpen via e-post
så ledarna kan planera in
Din träning och kan kontakta
dig före resan

Inget medlemskap i Korpen krävs.

Frågor gällande träningen
ring Korpen Eskilstuna
016 51 30 32

korpen.eskilstuna@telia.com



Resefakta

Avresa 14 april kl 09.10 ARN
kl 14.05 AYT
Hemresa 21 april kl 05.05 AYT
kl 08.10 ARN

6900 :- All inclusive
enkelrumstillägg 1100:-

Detta får du:

Resa
busstransfer i Turkiet
1 vecka boende
del i dubbelrum/ enkelrum
Hotell "Otium Eco Club"
Nazars Miljövänligaste hotell
7 km från Side
2 timmar från flygplatsen.
24 km från Alanya
all mat från tidigt till sent
all inhemsk dryck
all träning med Korpen och
även hotellets aktiviteter

Som pricken över i
Bjuder Korpen på
1 månads styrketräning
eller cirkelgym efter
hemkomsten

KORPEN
Korpen Eskilstuna