



ilovecycling Rennradbergtrainingscamp

Ihr möchtet euch auf einen Bergradmarathon vorbereiten? Eure Kletterfähigkeit verbessern, Höhenmeter sammeln oder einfach gemeinsam die Berge bei einem guten Training genießen? Dann auf zum ilovecycling Bergtrainingscamp in schönen Bregenzerwald (Österreich) mit den drei tg-trainingsplan Trainern Tobias Ganzmann, Stefan Keppler und Marcel Kittelmann an Eurer Seite.

Hotel

- * 3 Übernachtungen mit HP im Hotel Quellgarten*** superior in Lingenau direkt im schönen Bregenzerwald
- * Kostenlose Nutzung der Wellness- und Sporteinrichtung
- * Abschließbarer Radabstellraum

Betreuung

- * Top Trainerteam mit Tobias Ganzmann, Stefan Keppler, Marcel Kittelmann
- * Professionelle Vorbereitung mit gemeinsamen Trainingstouren in zwei Leistungsgruppen
- * Begleitfahrzeug
- * Physiotherapeutische Betreuung durch Marcel Kittelmann

Training

- * Intervalltraining am Berg
- * Trittfrequenztraining am Berg
- * Stabilisations- und Beweglichkeitsübungen
- * Tipps und Tricks rund um das Bergtraining sowie Fachvorträge

Anmeldung

Holt euch den Schub und fordert gleich unter info@tg-trainingsplan.de das Anmeldeformular an.

Infos zum Trainerteam

www.tg-trainingsplan.de
info@tg-trainingsplan.de
0751 50 92 197

**TG-TRAININGSPLAN**

online Trainingssteuerung
online Trainingsplan
Sportevents

09. - 12.Juni 2016

Bergtraining

mit ilovecycling und
tg-trainingsplan!



Frühbucherrabatt bis 31.03.2016

DZ 394,99 € (danach 419,99 €)

EZ 444,99 € (danach 469,99 €)

