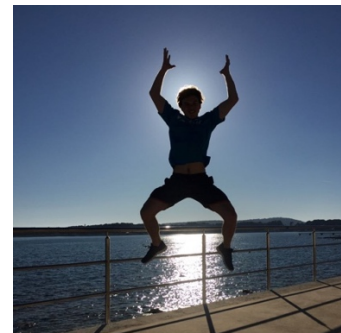




**Oster-Trainingslager
in Medulin – Istrien/Kroatien
Sa. 13.4 bis Sa. 20.4.2019
(1. Osterferienwoche)**



Erste Informationen

Nach dem großen Erfolg und positiven Feedback in den letzten Jahren wollen wir auch 2019 wieder für alle **Athleten ab Jahrgang 2007** ein Trainingslager in Medulin anbieten. Da die Nachfrage auch von anderen Vereinen immer größer wird, muss unsere verbindliche Anmeldung für 2019 leider sehr früh erfolgen. Die vereinsübergreifende Reise- und Trainingsgruppe umfasst dieses Mal den LSC Höchststadt, die Mehrkämpfer des LAC Quelle Fürth und den BLV Laufkader. So können wir wieder mit vielen qualifizierten Trainern kleine und individuelle Trainingsgruppen bilden. Alle wichtigen Informationen zu Ort, Hotel usw. findet ihr auf <https://www.parkplaza.de/medulin-hotel-hr-52203/hrvppbm>. Spätestens zwei Wochen vor Abreise erhalten alle Mitfahrer letzte Informationen mit allen wichtigen Details.

Organisation und Kosten

Die Unterbringung der Sportler erfolgt in 2- oder 3-Bett Zimmern. Die Anreise erfolgt mit Privatfahrzeugen, weshalb eine genaue Planung erst nach dem Anmeldeschluss erfolgen kann. Der Preis von **360 € 3-Bett-Zimmer bzw. 380 € DZ für die Trainingsteilnehmer** beinhaltet Vollpension, Stadionnutzung sowie Betreuung und ein Erinnerungsgeschenk. Die Fahrtkosten betragen zusätzlich ca. **70 €**, eine genaue Abrechnung erfolgt nach dem Trainingslager. Empfehlenswert ist zusätzlich ein **angemessenes Taschengeld** für Getränke beim Training, Besichtigungen und privaten Einkäufen. In Kroatien wird mit Kuna bezahlt. Wechselstuben gibt es vor Ort.

Aufgrund des späten Termins bieten wir eine „Urlaubsverlängerung“ bis Montag an. Das offizielle Training endet am Freitag Nachmittag, und wer Lust hat hängt noch zwei Regenerationstage an: Aufpreis für die beiden Tagen sind 100 € 3Z bzw. 110 € DZ. Selbstverständlich muss auch die Verlängerungsoption „logistisch“ funktionieren. Je nach dem, wie viele PKWs, Kleinbusse, etc. wir sind, können diese ja dann getrennt Samstag oder Montag heimfahren. Wir warten einfach mal eure Anmeldungen und Meinungen ab ;-)

Angebot für Eltern/Mitreisende

Die Kosten für mitfahrende Eltern/Angehörige ergeben sich nach der Zimmerkategorie, DZ: je 350€ (sicherer Meerblick mit Aufschlag, Familienzimmer auf Anfrage). Bitte mit der Anmeldung der Aktiven unbedingt auch die Anzahl der noch mitreisenden Personen angeben, damit sowohl die Gesamtplätze als auch die freien Mitfahrplätze kalkuliert werden können.

Wie die Jahre zuvor soll ein zusätzliches Sportangebot für Mitreisende angeboten werden, bei dem mediterrane Küche, Geselligkeit, interessante Ausflugsziele und Sport miteinander verbunden werden können. Wir haben vor, folgende Angebote anzubieten: Walking, Nordic Walking, Laufen, Radfahren, Schwimmen, Gymnastik/Kräftigung/Entspannung, Mannschaftsspiele wie Beachvolleyball etc. Ostern findet ein 5km-Lauf im Ort statt, bei dem vom Anfänger bis zum Profi alle teilnehmen werden. 2017 war das ein riesen Event/Spaß für unsere Teilnehmer mit einer großen Tombola im Anschluss.

Teilnahmebedingungen und Anmeldung

Teilnehmen können die **oben genannten Personen**. Die **Abgabe des Anmeldezettels (siehe Anhang) einschließlich der Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten** muss bis **spätestens Mittwoch, den 07.11.18** erfolgen.

Bei Überschreitung der Höchstteilnehmerzahl zählt die Reihenfolge der abgegebenen Anmeldezettel und es wird eine Warteliste erstellt. Bei kurzfristiger Verhinderung (Krankheit, Verletzung, andere Termine) werden wir uns um eine möglichst akzeptable Lösung bemühen (z. B. Nachrücker Warteliste), sind aber an die festen Kosten der Unterkunft gebunden.

Wir, die Organisatoren Markus Mönius (LSC Höchststadt) und Martin Kallmeyer freuen uns auf eine tolle gemeinsame Woche!

(Abzugeben oder per mail (martin@leichtathletik-team.de) bis spätestens **Mittwoch, 07.11.18**

----- **Abtrennen** -----

Anmeldeformular:

Trainingslager Sa-Sa: 13. - 20.4.19

„Verlängerungsoption“ Sa - Mo: 13. - 22.4.19.

Name: _____ Vorname: _____

Anschrift: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Tel. privat: _____ Tel. dienstlich: _____

Email: _____ Mitfahrer eigenes Auto

T-Shirt Größe: _____

Ich bestätige hiermit, dass mein/e Sohn/Tochter den Anweisungen der Betreuungspersonen Folge zu leisten hat (nur für Athleten unter 18 Jahren, die ohne Eltern mitfahren)

Ort: _____ Datum: _____

Unterschrift:

Teilnehmer

Erziehungsberechtigter

Mitreisende Eltern/Geschwister:

Mitfahrer eigenes Auto

_____ Geburtsdatum: _____ T-Shirt Größe: _____

_____ Geburtsdatum: _____ T-Shirt Größe: _____

_____ Geburtsdatum: _____ T-Shirt Größe: _____

_____ Geburtsdatum: _____ T-Shirt Größe: _____

Agentur-Info:

Leichtathletiktrainingslager Kroatien 2019 - Hotel „Park Plaza Belvedere“, Medulin



Hotel: Park Plaza Belvedere

Ort: Medulin

Offizielle Landeskategorie: 4 - Sterne

MEDULIN – Hotel Park Plaza Belvedere * * * *

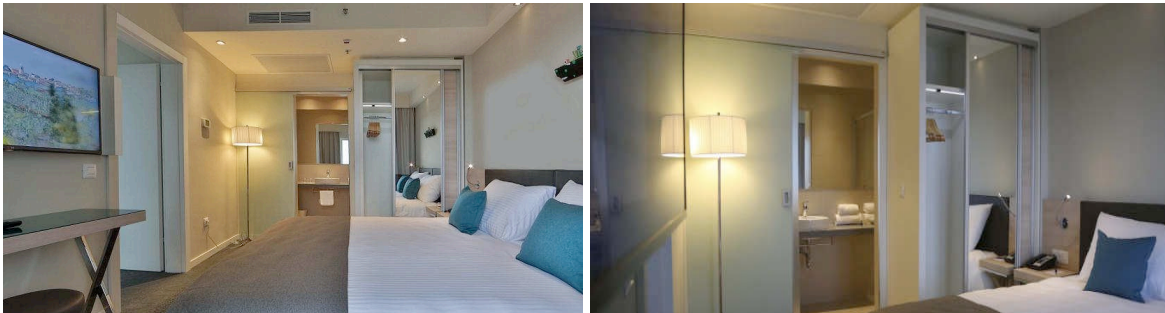
Medulin: mit seiner prächtig gegliederten, langen Küste, umgeben von einer Kette kleiner Inseln, zählt die kleine Stadt Medulin im Süden Istriens zu den schönsten und beliebtesten Urlaubsorten in Kroatien. Eine bezaubernde Altstadt mit vielen kleinen Gassen und ungefähr 40 Restaurants, in denen traditionelle nationale wie auch internationale Gerichte, Fisch-, Fleisch- und Vegetariergerichte angeboten werden, sind eine wahrhafte Herausforderung für Feinschmecker. Milde, vom mediterranen Klima geprägte Frühjahre und eine großzügige sportliche Infrastruktur haben Medulin in ganz Europa zu einem der begehrtesten und beliebtesten Zentren für Frühjahrs-Trainingslager werden lassen.



Lage: im wunderschönen Dörfchen Medulin, 8 km von Pula entfernt, befindet sich das neurenovierte Hotel Park Plaza Belvedere. Das Hotel liegt direkt am Strand und bietet Ihnen somit einen prachtvollen Ausblick auf einen grünen und hunderte Jahre alten Pinienwald oder einen türkisblauen Meeresblick an, wobei Sie sich entspannen, erholen und die frische Meeresluft einatmen können.

Hotelbeschreibung: bestehend aus zwei Flügeln und 427 komfortablen und modern eingerichteten Zimmern, die sich auf vier Etagen verteilen, einer Lounge Beach Bar mit zwei Terrassen, einem Swimmingpool und dem Meer, das Ihnen direkt vor der Nase liegt, bietet das neurenovierte Hotel eine Menge Raum für erholsame aber auch sportliche Aktivitäten. Viele verbinden den Urlaub mit Ruhe und Erholung, andere jedoch sind eher für sportliche Aktivitäten und dementsprechend richtet sich das Hotel nach Ihren Wünschen und Vorstellungen. Auf der einen Seite ruhige, sonnige, aber auch durch den Pinienwald schattige Plätzchen zum ausruhen und sonnen und auf der anderen Seite Fußball-, Tennis- und Beachvolleyballplätze zum austoben. Zur Entspannung vom aufregenden Tag, erwartet Sie am Abend im Restaurant unsere mediterrane Küche, lassen Sie sich dazu ein Glas istrischen Wein schmecken und genießen Sie dabei den prachtvollen Sonnenuntergang.

Zusätzlich zum hübschen Sandstrand Bijeca und dem Felsenstrand des Hotels gibt es auch zwei Meerwasser-Swimmingpools im Freien und einen Meerwasser-Innenpool für die Gäste des Hotels.
Zimmerbeschreibung : alle Zimmer sind mit Dusche/WC, Direktwahltelefon, Satelliten-TV, Minibar, Klimaanlage, Internetanschluss, Safe und Fön ausgestattet.



Verpflegung: Frühstück, Mittagessen und Abendessen in Buffetform.

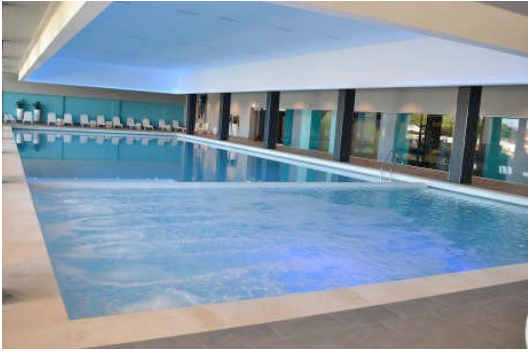
Athletische Anlagen: Medulin und Pula ergeben gemeinsam ein ideales Zentrum zur Vorbereitung aller athletischen Disziplinen. Medulin ist mit seinen 14 km langen Naturwegen, die zum größten Teil an der Küste entlang verlaufen, und einer Aschenbahn, ideal für die Vorbereitung von Langstreckenläufern. Außerdem gibt es hier auch Anlagen zum Kugelstoßen, Diskus- und Hammerwerfen und ein Fitness- und Krafraum. In Pula (10 km entfernt) befindet sich ein Leichtathletikstadion („SRC ULJANIK“) mit Kunststoffauflage, das für alle Disziplinen ausgestattet ist, womit das Meduliner Angebot abgerundet und den Leichtathleten ein komplettes Training ermöglicht wird.

Das Leichtathletik-Stadion „SRC Uljanik“ ist 10 km vom Hotel „Park Plaza Belvedere“ entfernt und bietet folgende Sportmöglichkeiten : Laufbahn mit 8 Spuren, Hochsprung, Weitsprung, Kugelstossen, Speerwurf, Diskuswurf

Weitere Einrichtungen für Ihr Training: außerdem verfügt das Hotel Park Plaza Belvedere über 6 Fussballplätze, 5 Tennisplätze, eine Leichtathletiklaufbahn, eine Kugel-, Hammer- und Diskuswurfanlage und über viele andere Möglichkeiten, wie auch über kilometerlange Laufstrecken, umgeben von Meer, Wald und mediterraner Fauna.



Gesundheit, Fitness und Wellness Studio: eingerichtet auf 1.500 Quadratmetern gemäß den höchsten Standards, bietet das Wellness Studio des Hotels „Park Plaza Belvedere“ folgendes an: Fitnessstudio (300m²) mit neuesten Technogym-Sportgeräten, Krafraum (100 m²), zwei Innenbecken : 25 x 12,5m (Tiefe : 190 - 100 cm) und 8 x 12,5 m (Tiefe 80 cm), Whirlpool, finnische Sauna, 6 Massageräume, Dampfbad, Entspannungsraum, Schönheitsbehandlungen, und noch Vieles mehr. Gut ausgebildete Therapeuten und Kosmetikerinnen erwarten die Gäste im Erdgeschoss des Hotels und präsentieren eine Reihe von Spa-Behandlungen und hochwertige Angebote, qualitative spezielle Gesichtsbildungen nach Ihrem Hauttyp, Schlamm packungen, Körperbehandlungen, verschiedene Arten von Massagen Aromatherapie basiert, Hot Stone Massage, Maniküre, Pediküre und spezielle Behandlungen für Paare.



Betreuung: die Vereine werden während des gesamten Aufenthaltes von einem deutsch sprechenden Mitarbeiter betreut.

Leistungen, die im Preis inbegriffen sind: gebuchter Aufenthalt auf Basis 3-BZ, DZ oder EZ im Hotel „Park Plaza Belvedere“, Vollpension : Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffet, Saft und Wasser zu den Mahlzeiten, _ Nutzung des Hallenbads mit beheiztem Meerwasser, Nutzung der athletischen Anlagen in Medulin : Wurfanlage, Aschenbahn, Fitnessraum, Nutzung eines Massageraums, Materialraum zur Aufbewahrung der Trainingsutensilien, Nutzung eines Besprechungsraums (auf Anfrage), _ WLAN-Internetzugang, _ Nutzung der Self-Service Wäscherei (je nach Verfügbarkeit), _ Parkplatz beim Hotel, Ortstaxe und MwSt., deutschsprachige Ansprechpartner vor Ort.