

TRIATHLON TRAINING

17.06. - 20.06.2018

mit NICOLE und LOTHAR LEDER

STOCK 
feeling

**STOCK
HIT
WOCHE**

Die Liste der sportlichen Erfolge von Nicole und Lothar Leder ist lang und ruhmreich. Als Ironman-Siegerin und Ironman-Sieger begleiten Sie die beiden Spitzenathleten ganz persönlich zu mehr Leistung und Erfolg im Triathlon.

Das 25-m-Sportschwimmbecken, die Radwege im Tal und am Berg, sowie die abwechslungsreichen Laufstrecken und Trails sind Ihr Paradies für ein Training, das Sie über Ihre bisherigen Grenzen hinaus bringt.

Gönnen Sie sich diesen Push!
Feel active!



Geeignet für Einsteiger und aktive Gäste, die etwas Neues probieren wollen!

SO, 17.06.2018

18.00 Uhr
21.00 Uhr

Welcome Run
STOCK Together im Energieraum

MO, 18.06.2018

08.00 Uhr

11.00 Uhr
17.00 Uhr

Schwimmtraining mit viel Technik und Grundlagen für das Kraulen
Easy MTB Tour - auch E-MTB möglich
Grundlagen für richtiges Krafttraining beim Schwimmen, Biken und Laufen im Fitnessstudio

DI, 19.06.2018

08.00 Uhr

11.00 Uhr
17.00 Uhr

Schwimmtraining mit viel Technik und Grundlagen für das Kraulen inkl. Videoaufnahmen über und unter Wasser
Triathlon ohne Zeitmessung, 400m - 20km kleiner Schrauber-Workshop in der Bike Corner (richtiges Laufrad Ein- und Ausbau, Reifenwechsel, Aufpumpen etc.)

MI, 20.06.2018

08.00 Uhr

11.00 Uhr

Schwimmtraining - richtiges Schwimmen mit Paddels und Pull Boy
Abschlusslauf mit Lauf ABC, Stilkorrektur, Tipps und Tricks zum richtigen Laufen



UNSER ANGEBOT

3 Übernachtungen inklusive Wellness - Verwöhnpension, allen Stock Inklusivleistungen, dem Wochenprogramm und allen Einheiten.

ab € 675,- DZ Penken
(Preise pro Person und Aufenthalt)

(Pauschale in allen Kategorien buchbar, Programm- und Preisänderungen vorbehalten. Leistungen nicht abwandelbar oder bar auslösbar!)

STOCK resort t: +43 . 5285 . 6775
6292 Finkenbergl 142 e: urlaub@stock.at
Zillertal / A w: stock.at