

55+ TRÄNINGSS resa till Hälsoön Losinj i Kroatien.

Vad sägs om en inspirerande träningsresa till den fantastiska ön Losinj som ligger i Kroatien. Även kallad Hälsans ö.

Träningsveckan passar dig som är +55 och som vill komma igång med din träning, eller faktiskt redan är i god fysisk form men vill få en nytändning. Det blir en stor variation på klasserna och dagligen erbjuds pass som anpassas efter gruppen. Det kommer vara både tuffa klasser och klasser av det lite lättare slaget. Vi kommer att tillbringa en del i vattnet som gör det lättare att röra på sig. Denna resa är perfekt för dig som vill känna träningsvärk men även njuter av livet vid sidan om träningen.

Träningen är uppdelad i olika delar; vi startar med en härlig morgonpromenad/jogg eller en lättare Yoga innan frukost. Det kan också bli pass med mer lågintensiv form av träning. Efter frukost kör vi ytterligare en klass innan det blir en längre paus för sol, bad och lunch. På eftermiddagen erbjuds det klasser som kan vara olika karaktär. En riktig energiboost med andra ord. Träningen kommer att anpassas så att ni alla får lite olika utmaningar men vi utgår ifrån att alla alltid kan vara med på klasserna.

Vi bor på Hotel Aurora som ligger något utanför staden men alldeles vid havet och med en fantastisk utsikt mot det turkosblå havet. Tillsammans skapar detta lugn och harmoni. Under veckan kommer vi ha, Musikquiz, föreläsningar, båttur mm

I resans pris ingår:

All träning

Del i dubbelrum

Halvpension (frukost och middag) Resa samt transfer till och från hotellet Det tillkommer extra kostnader för utflykter.

INNEHÅLL

- 2-4 träningspass om dagen
- Cirkelträning, yoga, Pilates, Zumba, funktionell träning, vattengympa, core m.m.
- Boende på Hotel Aurora
- Frukost och middag ingår
- Möjlighet att delta på övriga aktiviteter och utflykter under veckor (kostnad tillkommer)

AVRESEVECKOR

- Avresa 18 september Hem 25 september

PRIS: Från **12790** kr beroende på boendetyp. Enkelrum kostar 2500 kr

Anmälan sker genom att betala in 3500 kr på swish 1232404895 eller via Webshopen <https://www.formyourlife.se/webshop-1.html#!/products/55-anmälan-träningsresa-losinj-kroatien18-sept-25-sept-2020>

Boka innan 29/2 så erhåller du 500 kr rabatt per bokning samt att du erhåller en tränings top. Uppge storlek vid bokningen.

Slutbetalningen sker senast 25/7 2020

Vanligt reseskydd gäller. Avbeställning skall ske 30 dagar innan avresa men då betalas inte bokningsavgiften tillbaka (endast vid läkarintyg).