



Træningslejr til Calpe - marts 2019

ABC og PI arrangerer fælles træningslejr for klubbernes medlemmer i Calpe i Spanien fra den 11. marts til 21. marts 2019.

Turen indeholder:

- 9 dage på cykel inkl. ophold med helpension (morgen-, frokost- og aftenbuffet inkl. vand/vin) på AR Diamante Beach i Calpe i delt dobbeltværelse <https://www.diamantebeach.com/en-gb/>
- Fri adgang til hotellets spaområde
- Fly direkte fra Kastrup/CPH til/fra Alicante - Afgang mandag den 11. marts om aftenen og hjemkomst torsdag den 21. marts midt på dagen med Norwegian
- Bustransport mellem lufthavnen i Alicante og hotel
- Cykeltransport i lastbil (pakket i kasse)
- Opbevaring af cykler i aflåst rum på hotel

Træningslejr med ABC/PI - fastlagte træningsplaner og SERIØS CYKELTRÆNING. Træningen kommer til at foregå niveaupdelte i 3 grupper. For at alle kan få bedst muligt udbytte af træningslejren, forventes det at man holder en nogenlunde god grundform henover vinteren.

Team ABC junior forventes at deltage i træningslejren.

Prisen for alt dette bliver 7.200 kr. for medlemmer af ABC eller PI København.

Tilbuddet gælder frem til og med 5. december eller så længe pladser haves – vi har reserveret 50 pladser på hotel og fly.

Tilmelding til 2016calpe@gmail.com og samtidig indbetaling af depositum på 3.500 kr. på reg.nr: 3140 konto: 4485202587. HUSK at angive dit navn som det står i dit pas - både i mail og indbetaling.

Du må også meget gerne oplyse, hvem du vil dele værelse med. Der er et begrænset antal enkeltværelser, der kan bookes mod en merbetaling på 1.200 kr. efter "først til mølle" princippet.

Tilmelding er først gældende, når depositum er indbetalt.

Detaljeret program for træningslejren udsendes senere.

Mange hilsener

Træningslejr-teamet

Erik Madsen (ABC), Claus Thornbjerg (PI) og Charlotte Nobel (ABC)