Starker Sport - Spitzen Typen

Sportliches Wochenendprogramm

Den eigenen Sport trainieren oder neue Disziplinen ausprobieren - In der Jugendherberge Rotenburg können Sie in verschiedenen Blöcken unterschiedliche Sportarten mit dem entsprechenden theoretischen Input kennenlernen: Nordic Walking, Aerobic oder Aqua Aerobic, Yoga, Pilates, Trakour (Freerunning), Orientierungslauf, Acrobatic, gesundheitsorientierte Funktionsgymnastik (z.B. Rückengymnastik), Gymnastik und Tanz sowie Referate zu ausgewählten Themen aus den Bereichen Bewegung, Sport und Gesundheit.

1. Tag: ANREISE ZUM SPORTLICHEN WOCHENENDE
Anreise zum Abendessen. Danach erster Sportblock mit "theoretischem Hinterbau" - der Referent kommt direkt ins Haus.

2. Tag: SPORT UND RELAXEN
Waldlauf vor dem Frühstücksbuffet. Danach zweiter „Sportblock", inkl. Referent. Am Nachmittag Spaß und Erholung im Rotenburger Freizeitbad "Ronolulu". Nach dem Abendessen Ausklang des Tages mit gemeinsamen Spielen, z.B. Boule, Wikingerschach, Beachvolleyball, etc.

3. Tag: HOFFENTLICH GEHT xS OHNE MUSKELKATER NACH HAUSE!
Nach dem Frühstück folgt der abschließende Sportblock inkl. Referent.
Abreise nach dem Mittagessen.

ALLGEMEINE HINWEISE
Ohne Stress, aber mit einer Menge Spaß.
Die SportlJugendherberge bietet organisierte, auf die individuellen Bedürfnisse von Sportgruppen abgestimmte Programme an für
Trainingsfahrten, Wettkampffahrten, gemeinschaftorientierte Fahrten.

Eignung für Personen mit Mobilitätseinschränkungen
Bei entsprechend verfügbaren Kapazitäten in der Jugendherberge bemüht sich der Reiseveranstalter darum, die gewünschten Reiseleistungen auch Gästen mit Mobilitätseinschränkungen anzubieten. Es wird darum gebeten, bereits bei der Buchung genaue Angaben über die Personenzahl sowie jeweils über Art und Umfang der Mobilitätseinschränkungen der betreffenden Teilnehmer zu machen, damit geprüft werden kann, ob die Buchung bestätigt werden kann.

Sicherer Bustransfer zu guten Preisen? Gern kümmern wir uns um Ihre Anreise.

Onlineversion des Angebots: www.jugendherberge.de/reisen/2433

Information & Buchung:

Jugendherberge Rotenburg (Wümme),
Verdener Str. 104
27356 Rotenburg (Wümme)

+49 4261 83041
rotenburg@jugendherberge.de

Reiseveranstalter:

Die JugendHerbergen gemeinnützige GmbH
Woltmershauser Allee 8
28199 Bremen

+49 421 59830-50
service.nordwesten@jugendherberge.de

Leistungen

- ✔ 2 Ü / VP im Mehrbettzimmer
- ✔ 3 Sportblöcke inkl. Referent
  Eintritt Erlebnisbad "Ronolulu"
- ✖ Nicht enthalten: Transfer zu den Sportblöcken (überwiegend zu Fuß erreichbar)

Termine & Preise

Teilnehmerzahl

Mindestens 20 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.