

TRAIL THE WORLD OUTDOOR ADVENTURES

Martinerfeld 25,
54294 Trier
Email: info@trail-the-world.de
TEL. 0151-17554882



TRAILRUNNING WORKSHOP – GO ALPINE!!! GO PITZTAL!!!

Laufen, wo andere Urlaub machen. **Trail The World** macht es möglich und bietet euch ein unvergessliches Alpen-Abenteuer an!



In Kooperation mit dem Tourismusverband Pitztal bereiten wir, in Trier und Umgebung, 10 regionale und interessierte Läufer auf den **Pitz Alpine Trail** vor. Egal ob Einsteiger oder Fortgeschrittene, wir finden für jeden die geeignete Distanz um mit euch ein erlebnisreiches Finish in den Alpen feiern zu können. (Die an reichlich Höhenmeter gespickten **Distanzen sind je nach Läuferstärke wählbar zwischen 15 Km, 26 Km, 42 Km, 85 Km oder 100 Km**)

KURSPROGRAMM

Vor dem Kursstart erfolgt ein individuelles **Performance Profiling** mit jedem Teilnehmer, in dem wir gemeinsam den aktuellen Leistungsstand ergründen und die Ziele bzw. die Wettkampfdistanz abhängig der zeitlichen Trainingsmöglichkeiten definieren werden.

26. Juni – 28. Juli 2017: Auf Basis eines von uns individuell angepassten Vorbereitungsleitfadens erfolgt die **Haupttrainingsphase** größtenteils auf Eigenregie. Während dieser Phase bieten wir aber 6 zusätzliche Termine an, an dem wir euch in einem Gruppentraining, spezifisches und auf alpines Gelände vorbereitende Trainingsmaßnahmen und Trailrunningtechniken lehren. Selbstverständlich stehen wir euch auch in dieser Phase bei allen Fragen zum Training, Equipment und dem bevorstehenden Event zur Seite.

29 Juli – 04. August 2017: In der letzten Woche vor dem Pitz Alpine Trail, bereiten wir uns gemeinsam in einem kleinen **Trailrunning-Camp** im Pitztal auf euer bevorstehendes Abenteuer vor. Wir bewegen uns erstmal über alpine Pfade, lernen die Trailrunning-Stöcke richtig einzusetzen und gewöhnen uns sowohl an die Wetterbedingungen als auch an die entsprechenden Höhen.



05. August 2017 ist Wettkampftag

06. August 2017: Ende des Workshops.

Preise und Leistungen

- Performance Profiling
- Erstellung von einem Trainingsplan / Vorbereitungsleitfaden
- 6 spezifische lokale Workshops durch erfahrene Trailläufer (Trier und Umgebung)
- Fachgerechte Betreuung während der gesamten Kursdauer
- Unterstützung beim Anmeldeverfahren
- Beratung über Wettkampf, Equipment und Training
- Bergrettungsversicherung für die Camp-Dauer im Pitztal
- Kurtaxe für die Camp-Dauer im Pitztal
- Unterkunft im Pitztal
 - 7 Übernachtungen
 - Halbpension
 - D-Zimmer mit Dusche, WC, Sat-TV, W-Lan und Balkon
 - Kostenloser Wäscheservice
 - Kostenlose Nutzung von Sauna, Dampfbad und Infrarotkabine



Optional buchbar (Zuschläge auf Anfrage)

- Einzelzimmer
- Geführte Tour zur Wildspitze (höchster Berg Tirols)
Veranstalter: **Tourismusverband Pitztal**

In den Leistungen nicht enthalten

- Alle Transfers
- Startgeld für den Pitz Alpine Trail
- Private Reiserücktritts- / Auslandskrankenversicherung

Vereinbaren Sie Ihr kostenloses und unverbindliches Beratungsgespräch

**E-Mail: info@trail-the-world.de
Anmeldeschluss 25.06.2017**

TRAIL THE WORLD OUTDOOR ADVENTURES
Martinerfeld 25,
54294 Trier
Email: info@trail-the-world.de
TEL. 0151-17554882

