

TRIATHLON & SCHWIMMCAMP 25.–27. Oktober | 1.–3. November 2019



Gerhard Budy Triathlon- und Personaltrainer

3 Schwimmeinheiten á 90 Minuten
Videoanalyse über und unter
der Wasseroberfläche
Arbeit an Wasserlage, Armzug,
Atmung und Kraulbeinschlag
wettkampfspezifische
Schwimmtechnik: Schwimm-
start, Wettkampftechnik
energiesparendes Schwimmen
im Wasserschatten

DEINE CHANCE: 3 TAGE – 3 COACHES

299 €

pro Person

Übernachtung
exklusive

FOTO: © Ingo Kutsche

NEU & EXKLUSIV JETZT AUCH IN ÖSTERREICH

maximale Teilnehmerzahl: 30 Personen
Platzreservierung nach Zahlungseingang



© DESIGN BY CITICON – Das Trendmagazin

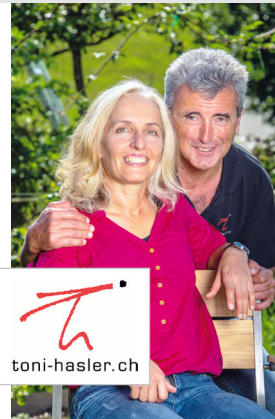
Natascha Badmann

6 x Ironman Hawaii Siegerin,
3 x Triathletin des Jahres

Referentin für Motivation
und Inspiration
Q & A: spannend, lehrreich,
unvergessen
Unterstützung
im Krafttraining



natascha badmann



toni-hasler.ch

Toni Hasler – Coach der Weltmeister

30 Jahre Profi Coach mit über 100
Medaillen bei EM und WM

2 x 90 Min. Mentaltraining: Gedankenkontrolle,
persönliche Grenzen verschieben, Eigenmotivation,
Selbstvertrauen stärken
1 x 90 Min. Ernährung: Gewichtskontrolle,
Leistungssteigerung, richtiges Essen / Trinken
zum richtigen Zeitpunkt
Q & A: Experte in physischen und psychischen
Fragen sowie in Materialberatung

>> ANMELDUNG UNTER:

GB Personaltraining Theresienstr. 12 · 85049 Ingolstadt
Tel. +49 (0)841 885 36 15 · Mobil +49 (0)151 167 001 51 · info@gb-personaltraining.de
www.gb-personaltraining.de

Sportcamp Wofergut Kroessenbach 40 · A-5671 Bruck/
Großglockner · Tel. +43 6545 730 30 · info@sportcamp.at
www.sportcamp.at