

18.09.2015 – 11:03 Uhr

Profi-Training auf der Insel: Triathlon-Camps im Almyra auf Zypern

Zypern (ots) -

Rein ins Wasser, rauf aufs Rad, ab in die Laufschuhe - Zypern bietet ideale Bedingungen für Outdoor-Sportler, um sich für die Triathlon-Saison 2016 fit zu machen. Wenn in unseren Gefilden die kalte Jahreszeit beginnt, besticht die drittgrößte Mittelmeerinsel mit mediterranen Temperaturen von mindestens 22 Grad und angenehmen Wassertemperaturen. Ab November 2015 bis April 2016 bietet das Thanos Hotel Almyra im Küstenort Pafos mehrtägige Triathlon-Programme unter Anleitung von Profi-Triathleten.

Die meist sechstägigen Triathlon-Camps umfassen zwei bis drei Trainingseinheiten pro Tag. Vor beeindruckender Mittelmeer-Kulisse wechseln sich die drei Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen ab. Schwimmeinheiten im offenen Meer, Schwimmanalyse im Pool, geführte Fahrradtouren in abwechslungsreichem Gelände und Läufe an der Strandpromenade von Pafos sowie über Küstenwege und -pfade stehen auf dem Programm. Die Kombination aus den drei Ausdauersportarten trainiert den gesamte Muskelapparat sowie das Herz-Kreislauf-System.

Teilnehmer der Triathlon-Camps erwartet ein professionell ausgebildetes Trainer-Team: Der schottische Triathlet und zehnfache Ironman-Absolvent Sean McFarlane sowie der Sportphysiologe und ehemalige zyprische Triathlon-Meister Kypros Nicolaou sorgen für eine individuelle Betreuung. Zusätzlich zu Nicolaou und McFarlane steht der britische Triathlon-Coach Simon Brierley den Hotelgästen zur Seite. Je nach Fitnesslevel passen die Trainer die Intensität der Übungseinheiten dem Teilnehmer an.

Mit dem Training ermöglicht das Almyra die ideale Kombination aus anspruchsvoller Fitness und Wohlfühlambiente. Nach dem Workout verwöhnen erholsame Spa-Anwendungen des mehrfach ausgezeichneten Almyraspa. Ergänzt wird das Programm durch leichte zyprische Speisen aus fangfrischem Fisch, Gemüse und Obst.

Die Triathlon-Camps finden vom 1. bis 8. November 2015, 20. bis 27. Februar 2016 und vom 25. März bis 3. April 2016 statt. Sie umfassen die Übernachtungen, das Training, Spa-Anwendungen sowie Halbpension und sind ab 1.190 EUR pro Person buchbar.

Buchungen über: res.almyra@thanoshotels.com

Kontakt:

Pressebüro Thanos Hotels and Resorts: SvO PR GmbH, Tel. 030-3212002,
info@svo-pr.com

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100053962/100777996> abgerufen werden.