

ESCAPE



PROGRAM: SABINA DUFBERG TRAINING CAMP GARDA

Dag 1

Avresa från Sverige

Välkommen till Italien!

Flyg från Sverige till Italien och transfer till hotellet.

Vi checkar in på hotellet, byter om och kör ett första träningspass! På kvällen samlas vi för ett välkomstmingle följt av en gemensam middag.

Dag 2-6

Garda

Full fart med Sabina och Morgan

Följande dagar kommer bestå av 2-3 träningspass per dag samt en inspirerande föreläsning av Sabina. Träningen kommer att äga rum på hotellets ytor, backträning i närområdet, poolträning eller ett svettigt pass på stranden.

Två middagar och två luncher ingår under vistelsen. Övriga måltider sker på egen hand. På hotellet finns restaurang och i byn Garda finns flertalet trevliga restauranger. Hotellet

erbjuder gratis transfer från och till Garda.

Tid kommer att finnas för att utforska det vackra området på egen hand, du kan enkelt nå stranden eller centrum med cykel som du kan hyra på hotellet, passa på att slappa vid poolen eller varför inte koppla av i hotellets spa-avdelning.

Dag 7

Hemresa

Utcheckning och flyg till Sverige

Efter frukost checkar vi ut och åker mot flygplatsen för att resa hem till Sverige med många goda minnen och nya vänner i bagaget.

Exakt program fås på plats.