

Campinganlage „Slamni“ - Klimno

Auf der wunderschönen Insel Krk in Kroatien

http://www.krk.hr/de/inisel_Krk/Ort/klimno



Das Trainingscamp

befindet sich auf der **Campinganlage „Slamni“**, Klimno. Diese ist eine Vier-Sterne-Anlage im Nordosten der Insel Krk in einer von seinen am besten erhaltenen Oasen in der Bucht Soline, die für ihre heilende Schlammbehandlung von Haut- und rheumatischen Erkrankungen bekannt ist. Die Lage eignet sich perfekt für Freizeit und die Gesundheit am Meeresufer. Die geschützte Bucht und das flache, warme Meer, sowie die günstigen klimatischen Bedingungen erlauben das Schwimmen nicht nur in der Hochsaison, sondern auch im Frühjahr und Spätherbst. Die Campinganlage fließt mit ihrer geografischen Lage in die kleine Bucht Slamni und hat einen feinen Kiesstrand.

Die Bungalows

befinden sich auf der Campinganlage **direkt am Meer**. Sie sind 24m² groß und bestehen aus zwei Schlafzimmern, einem Wohnzimmer mit Küche und Bad inkl. Dusche. Alle Innenräume sind sehr modern eingerichtet und haben eine überdachte Holzterrasse von ca. 12,5 m². Die Bungalows sind mit Klimaanlage, Sat-TV, Internet ausgestattet und können beheizt werden.

So erreichen Sie die Insel Krk und das Trainingscamp „Slamni“

Außer mit dem eigenen PKW, können Sie z.B. preisgünstig mit der Deutschen Bahn (ab ca. 45,00 €), Bahn-Bus-Kombination, mit dem Flugzeug (zum Flughafen Rijeka/Krk ca. 15 km vom Camp Slamni entfernt) oder über die Busreisegesellschaft Autotrans <https://www.autotrans.hr/de-de/home>, anreisen.

Travel-Service

Gerne können Sie uns eine Anfrage per E-Mail an info@personal-aktiv.de mit Ihren Kontaktdaten senden und wir beraten Sie gerne telefonisch oder per Email über Ihre günstigsten Reisemöglichkeiten.

Leistungen und Programm

TRAININGS-CAMP

Work-Life-Balance

Inspiration und Genuss für Führungskräfte, Geschäftsführer und Inhaber
Veränderung und Glück erleben

Im Leistungspaket enthalten: 8 x Übernachtungen in einer Vier-Sterne-Campinganlage (inkl. Vollpension), 7-tägiges Outdoor Erlebnistraining, 6 x Wellnessbehandlungen, 6 x Gongtherapie (Klangtherapie), 3 x Massagen, 6 x Yogaübungen, 1 x Körperöl und 1 x organisierter Ausflug, spezielle Vital-Kost und noch viel mehr...

- 8 x Übernachtungen in einer Vier-Sterne-Campinganlage, in einem Bungalow (2 Zimmer, Küche, Bad und WC (zur gemeinsamen Nutzung), Terrasse, voll ausgestattet, inkl. Bettwäsche, alle 3 Tage neue Handtücher und Zimmerreinigung. Das Einzelzimmer ist mit einem Doppelbett ausgestattet.)
- 8 x Vollpension, Vital-Kost (gesund und lecker) inklusive Mineralwasser, Filterkaffee und Tee Morgens und Nachmittags, frisch gepresster Obstsaft am Morgen. Für den Rest des Tages stehen Ihnen in jedem Bungalow reichlich Mineralwasser und Tee zur eigenen Verpflegung zur Verfügung (sonstige Getränke sind im Preis ausgeschlossen).
- 7-tägiges Outdoor Erlebnistraining, je 4 U.Std.
- 6 x Übungen zur Erhaltung von Körper und Geist (Yoga & 5 Tibeter)
- 1 x 20 min. Einzelberatung
- 3 x Schlambäder aus Mineralsalzen
- 2 x Ganzkörper Massagen (à 45 min.)
- 6 x Gongtherapie (musiktherapeutisches Gruppenangebot)
- 1 x Klangmassage mit tibetischen Klangschalen (Einzelsangebot)
- 3 x Therapiebehandlungen auf einer Wellnessmatte zu Entgiftung und Aktivierung der Selbstheilungsprozesse
- 1 Flasche vitalisierendes Körperöl aus eigener Herstellung
- 1 x Ausflug zu dem Bergdorf Vrbnik (auf einem 49 m hohen Felsen erbaut)
- Tägliche Wanderungen am Strand. Alternativ: Gymnastik, Tanzen oder Benutzung des Fitnessraums
- 1 x Kreativtraining - Individuelle Erstellung Ihres persönlichen Ziel- und Strategie Album (inkl. Arbeitsmaterial)
- Gästebetreuer und Ansprechpartner für Ihr Wohlbefinden

Veranstaltungsort: Insel Krk/Kroatien, Campinganlage „Slamni“

Teilnehmerzahl: nach Absprache (maximal 20 Personen)

Preis: 9 Tage (8Ü, 8 x VP) inklusive Trainings- und Wellnessprogramm für 1880,00 € pro Person bei eigener Anreise.

Ermäßigung für Kunden unserer Kooperationspartner: 1790,00 €.

Termin: nach Absprache April, Mai, September und Oktober

Programm/Tagesablauf:

- | | |
|--------------------|--|
| 07:15 Uhr: | Treffen an der Vitaminbar |
| 07:30 Uhr: | Yoga & 5 Tibeter Übungen (ca. 40 min.) |
| 08:30 Uhr: | Frühstück |
| 09:00 - 13:00 Uhr: | Erlebnistraining (Outdoor) |
| 13:00 - 14:00 Uhr: | Mittagessen |
| 14:00 - 15:30 Uhr: | Freizeit |
| 15:30 - 18:00 Uhr: | Wellnessbehandlungen, Wanderung am Strand oder andere sportliche Aktivitäten, Gongtherapie (musiktherapeutisches Gruppenangebot) |
| 18:00 Uhr: | Abendessen |
| Ab 19:30 Uhr: | Freizeit, Geschichtenerzählungen am Lagerfeuer, Tanz und Gesang |

Wichtige Informationen

Vorbereitung

Um die optimale Wirkung des Trainings zu erreichen, erhalten Sie nach der Anmeldung einen Leitfaden zur Vorbereitung auf Ihre Reise.

Vollverpflegung im Preis enthalten

Eine mediterrane, gesunde und schmackhafte Küche wird Ihren Gaumen verwöhnen. Durch eine vitalitätsfördernde Ernährung erreichen Sie mehr Wohlfühl und Kraft. Sie haben so mehr Energie, um das Programm effektiver für sich nutzen zu können. Täglich haben Sie die Wahl zwischen zwei Gerichten. Vegetarisch, oder mit weißem Fleisch beziehungsweise Fisch. Sie sind sicherlich an einer vitalen und gesunden Ernährung interessiert, daher nehmen Sie bitte zur Kenntnis, dass wir auf unserer Speisekarte auf rotes Fleisch (Rind und Schwein) verzichten und nur wenig Weizenmehl und Milchprodukte benutzen.

Getränke

Frisch gepressten Obstsaft erhalten Sie jeden Morgen an der Vitaminbar, Filterkaffee und Tee wird morgens zum Frühstück und nachmittags und zum Kuchen gereicht. Für den Rest des Tages stehen Ihnen in jedem Bungalow Mineralwasser und Tee reichlich zur eigenen Verpflegung zur Verfügung. (sonstige Getränke sind im Preis ausgeschlossen).

VITAL- Frühstück

Dieses besteht aus Hafer mit frisch gewürfeltem Obst, Nüssen, Trockenobst, Sojamilch oder Orangensaft.

Mittagessen

Sie haben täglich die Wahl zwischen zwei warmen Gerichten (Vegetarisch oder mit weißem Fleisch beziehungsweise Fisch).

Nachmittagssnack

Tee, Kaffee, Kuchen, Kekse, Obstsalat und Nüsse.

Abendessen

Besteht überwiegend aus Salat, gegrilltem Gemüse, eiweißhaltiger Nahrung wie Fisch, Eiern, Käse, Putenbrustaufschnitt und Oliven.

Sonstiges

Alkoholische Getränke sind nicht im Preis enthalten und sollten sehr mäßig verzehrt werden. Bitte lassen Sie uns rechtzeitig wissen, ob Sie gegen verschiedene Lebensmittel allergisch sind. Senden Sie uns eine E-Mail an info@personal-aktiv.de mit Angabe Ihrer Kontaktdaten und Telefonnummer.

