

Mallorca

Sonntag, 29. April bis 6. Mai 2012



fit, fun & sun | 2012



Hotel Bikini Cala Millor

Hotel mit familiärer Atmosphäre. Zwei Gehminuten vom Strand entfernt. Alle Mahlzeiten in Buffetform. Ballsportplatz auf dem Dach. Geheizter Swimmingpool, Internetecke. Viele Einzelzimmer verfügbar!

Cala Millor: Ferienort an der Ostküste mit vielen Bars, Restaurants und Shops.

ab **CHF 1'020.-**

Preis p.P., 1 Woche, VP im DZ mit seitlicher Meersicht, inkl. Kursprogramm. Flüge ab Zürich und Basel.

Inkl. oblig. Taxen, exkl. Versicherung und Dossiergebühr.

Zuschlag für Einzelzimmer (GL oder DZ/EZ) CHF 100.-.

Zuschlag für DZ Schwimmbadseite CHF 30.-

Ermässigung für Jugendliche bis 16 Jahre 15%.

Es gelten die ARVB der Universal Flugreisen AG, Vaduz (siehe Hauptkatalog). Änderungen vorbehalten.

Die spezielle Fitnesswoche auf Mallorca – mit einem einzigartigen Programm, welches in dieser Art nirgends zu finden ist. Probieren Sie es aus!

Spass, Plausch, Freude und Gesundheit stehen an erster Stelle. Ein komplettes Programm, angefangen von Gesundheit über Lebensqualität bis hin zu allgemeiner Fitness, verbunden mit viel Spass, erwartet Sie. Um das interessante Programm mitzumachen, sind keine sportlichen Voraussetzungen notwendig.

Sie verbringen eine unvergessliche Zeit auf Mallorca, welche Körper, Geist und Seele weiterbringen. Lehrreiche Lektionen von fachkundigen ProfiinstruktorInnen begleiten Sie durch die gesamte Fitnesswoche.

Das umfassende Programm ist individuell abgestimmt auf dynamische Gruppenaktivität. Angesprochen sind alle Personen, die Spass an Bewegung haben. Es ist möglich, auch einzelne Lektionen individuell nach Ihrer Wahl zu besuchen. Viele TeilnehmerInnen sprechen von einer wesentlichen Erhöhung der Lebensqualität. Geeignet für Singles, Paare und Familien.

Programm wahlweise

- Aufbauende Krafttrainings
- Massagen
- Dehnen, Stretching
- Atemgymnastik
- Tai Chi Übungen
- Aquafit
- Line Dance
- Einblicke in die Selbstverteidigung
- Taiwado

Ziele

- Spass und Freude an der Bewegung
- Gesundheit fördern und erhalten
- Erholung, Relaxing
- Körpergefühl entwickeln
- Fettverbrennung fördern
- Kreislauf Stabilisierung
- Anregung des Stoffwechsels
- Kraft- und Ausdauererwerb
- Beweglichkeit
- Gleichgewicht

Persönliche Ausrüstung

Sportbekleidung, Turnschuhe, Badehose, Trainingsanzug

Trainingsablauf

Täglich zwei Trainingseinheiten am Morgen und am Nachmittag. Praktische Lektionen mit qualifizierten InstruktorInnen. Trainings am Strand, Tennisplatz, Pool.

Zusatzprogramm (fakultativ)

Reiten, Minigolf, Go-Kart, Fahrrad, Wanderung, Shopping, div. Ausflüge (kann direkt vor Ort bezahlt und gebucht werden). Info rund um den Kursinhalt: info@taiwado.ch

 **universal**

Gefühl für Ferien

Jenny Reisen AG
 **Travel - Voyages**

Bitzihofstrasse 80 • CH-8854 Siebnen
Tel. 055 440 78 77
eggenberg@jenny-reisen.ch

09/2011/600/B

TAIWA DO

www.taiwado.ch

Mallorca

Impressionen

fit, fun & sun 2011



Anmelde-Talon

Ich melde mich/uns definitiv an für die fit, fun & sun-Woche auf Mallorca vom 29. April bis 6. Mai 2012.

- DZ seitl. Meersicht CHF 1'020.-
- DZ Schwimmbadseite CHF 1'050.-
- DZ zur Alleinbenützung:
Zuschlag CHF 100.-
- Wunsch-Zimmernummer:**

- Flug ab Zürich
- Flug ab Basel
- Flug ab Bern (+CHF 70.- p.Weg)

- Ich benötige eine Kombi-Versicherung zu CHF 35.-
(Annullierung, Reisezwischenfälle, Gepäck)
- Ich habe eine eigene Versicherung

Jugendliche unter 16 Jahren erhalten eine Ermässigung von 15%.

Name	Vorname		
Strasse/Nr.	PLZ/Ort		
Tel. (tagsüber)	e-Mail		
Alle Teilnehmer (Name, Vorname)	unter 16 (Geburtsdatum)	Gruppe «leicht»	Gruppe «mittel»
	<input type="checkbox"/> -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> -----	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ort, Datum

Unterschrift

Zurücksenden an Jenny Reisen AG, Bitzihofstrasse 80, 8854 Siebnen.
Preise pro Person. Unterkunft im Hotel Bikini mit VP. Es gelten die AVRB der Universal Flugreisen AG, Vaduz (siehe Hauptkatalog).
Änderungen vorbehalten.