

Traumhaftes Laufcamp am Chiemsee 2024

– Donnerstag, 3.10. bis Montag, 7.10.2024 (5 Tage) –

Auf den traumhaften Laufstrecken rund um das „Bayerische Meer“ lassen wir den Blick auf den See und die Berge schweifen – Balsam für die Läuferseele. Verreise mit uns im Oktober fünf Tage ins schöne Oberbayern und genieße den goldenen Herbst und die Chiemsee Region. Lerne an einem langen Wochenende alles Wichtige zum Laufen! Lauf-ABC, Athletik, Mobility, Videoanalyse und vieles mehr. Wir zeigen dir die Facetten eines professionellen Lauftrainings und haben gemeinsam eine gute Zeit.

Unsere Chiemsee Laufreise ist für alle geeignet – vom Hobbyläufer bis zum ambitionierten Marathonläufer.

Das Laufcamp bietet dir fünf abwechslungsreiche Trainingstage mit bis zu zwei Trainings pro Tag. Neben Ausdauerläufen und Fahrtspielen unterschiedlicher Länge geben wir dir auch einen Einblick in korrekte Lauftechnik, inklusive Video-Laufstilanalyse, Lauf-ABC, funktionelles Training sowie Core- und Mobility Training.

Bianca Meyer, erfolgreiche Marathonläuferin (Bestzeit 2.48 h), München Marathon Siegerin und vielfache Deutsche Meisterin (10.000 m und Marathon), wird dich coachen.



RUNNING Company Laufreise an den Chiemsee auf einen Blick

- Fünf Tage (Do, 3.10. – Mo, 7.10.2024) Laufurlaub in Prien am Chiemsee (Oberbayern, D)
- Übernachtung im 4* Garden Hotel Reinhart mit Wellness-Bereich inklusive Halbpension
- Lauftraining in Kleingruppen auf herrlichen Laufstrecken rund um den Chiemsee
- Individuelle Video-Laufstilanalyse und Lauftechnik-Training (Lauf-ABC, Koordinationstraining)
- Krafttraining und funktionelles Training für Läufer
- Interessante Vorträge und Workshops zur Lauftheorie (z.B. Lauftechnik, Trainingsplanung)
- RUNNING Company Welcome-Geschenk, Laufcamp-Handout und Best of Laufcamp-Fotos
- Anmeldeschluss ist am 15.8.2024, spätere Buchungen sind bei Verfügbarkeit für 100 € Aufpreis möglich

Neben dem Lauftraining bleibt dir genügend Zeit, die Seele baumeln zu lassen, die Umgebung zu erkunden oder beispielsweise das Schloss von König Ludwig II. auf Herrenchiemsee zu besichtigen.

Nicht-Läufer-Paket

Natürlich bieten wir deinem Partner oder deiner Familie auch ein Nicht-Läufer-Paket. Das Chiemgau zeigt sich im Spätherbst in bunter Farbenpracht und bietet tolle Möglichkeiten für Wanderer, Radfahrer und Kulturliebhaber.

Unser Hotel

Wir wohnen im 4* Garden Hotel Reinhart in Prien unweit des Sees. Ruhig gelegen und mit malerischem Blick auf die Herreninsel und das Königsschloss kannst du dich in den nahegelegenen Cafés & Restaurants an der Uferpromenade für deine gelaufenen Kilometer belohnen. Der richtige Platz für eine Auszeit.

Besonders erholsam ist der schöne **Wellness-Bereich** unseres Hotels. Ganz gleich ob du ein paar Bahnen im Hallen-Schwimmbad (ca. 12x6 m) ziehst oder in einer der drei Saunen (Bio-, Dampf- und finnische Sauna) relaxt – hier findest du Entspannung pur. Verschiedene Beauty-Spa-Angebote (gebührenpflichtig) komplettieren das Wellness-Angebot.

Das Hotel bietet dir komfortable Zimmer im traditionellen, bayrischen Landhausstil, die alle mit Balkon, Flat-TV, Minibar, kostenlosem WLAN, Safe und Föhn ausgestattet sind. Kostenfreie Parkplätze stehen vor dem Hotel zur Verfügung.

Folgende Zimmerkategorien stehen zur Auswahl:

- DZ Standard: Doppelzimmer (ca. 25 m²) mit kleiner Sitzecke
- DZ Komfort: Geräumiges Doppelzimmer (ca. 28-30 m²) mit Sitzecke und teilweise mit Gartenblick
- Junior Suite: Sehr geräumige Suite (ca. 40 m²) mit Sitzecke und großem Badezimmer, teilweise mit Gartenblick
- Einzelzimmer: Einzelzimmer (ca. 20 m²) mit kleiner Sitzecke, Bett 120 cm breit



Fotos © RUNNING Company, Prien Marketing GmbH/Tanja Ghirardini

Im **Halbpensionspaket** ist das reichhaltige Vitalfrühstücksbuffet mit warmen und kalten Speisen enthalten. Ob große Joghurtauswahl, verschiedene Müslisorten, frischer Obstsalat, hausgemachte Marmeladen oder regionale Wurst- und Käsespezialitäten – hier bleibt kein Wunsch offen. Das Abendessen beinhaltet ein 3-Gang-Sportlermenü inklusive Chiemgauer Bergwasser. Zur Vorspeise gibt es Salat, Suppe oder Antipasti. Für die Hauptspeise wählst du aus zwei Gerichten (Fisch, Fleisch oder vegetarisch/vegan) aus. Und zum süßen Abschluss gibt es ein köstliches Dessert.

Der Chiemsee – das „Bayerische Meer“

Unsere Laufreise führt uns an den Chiemsee ins wunderschöne Oberbayern. Malerisch eingebettet im bayerischen Voralpenland, nur eine Stunde Fahrtzeit von München oder Salzburg entfernt, liegt Prien idyllisch direkt am Bayerischen Meer.

Neben atemberaubenden Naturerlebnissen findest du hier auch die sprichwörtliche bayerische Gemütlichkeit. Flache Laufstrecken mit königlichem Panorama auf den See, verträumte Wald- und Wiesenpfade oder unbeschreibliches Gipfelglück – hier bleibt kein Läuferwunsch offen. Auch König Ludwig II. hat sich am Chiemsee schon wohlgefühlt.



Preise & Anmeldung

Chiemsee Laufcamp im 4*-Hotel mit Wellness-Bereich inkl. Halbpension in Prien ab 785 €
(bei Übernachtung im Doppelzimmer Standard).

Anmelden kannst du dich per E-Mail an:
info@runningcompany.de oder Tel +49 (0)89 28 97 35 40.
Infos: www.runningcompany.de/chiemsee-laufcamp

Anmeldeschluss ist am 15.8.2024. Spätere Buchungen bei Zimmer-Verfügbarkeit für 100 € Aufpreis möglich.

Ausblick Lanzarote Laufreise: Jan / Feb 2025

Wieso legst du im Winter nicht eine Sonnenpause ein, um die kalte Jahreszeit zu verkürzen?

Komme im Jan/Feb 2025 eine oder zwei Wochen mit nach Lanzarote. Genieße wohlige 22 Grad und tolle zehn Sonnenstunden pro Tag. Der Strand liegt direkt vor unserem schönen 4*-Hotel und ein wunderbarer Laufurlaub erwartet dich.

www.runningcompany.de/lanzarote-laufcamp