



# **FITNESS & WELLNESSWOCHE auf Mallorca**

**ENERGIE TANKEN. FITTER WERDEN. SPASS haben!**

Dem Alltag entfliehen. Die perfekte Mischung aus Sport, Spaß, Entspannung & Entdeckung. Unser qualifizierte Trainerteam bringt euch unter der Sonne Mallorcas zum Schwitzen. Weit abseits von eurem Alltag könnt mit uns gemeinsam Energie abbauen. Freut euch auf eine erlebnisreiche Woche mit vielen Outdoor-Aktiveinheiten.

„Natürlich habt ihr genügend Zeit für gutes Essen, Entdeckungstouren, neue Freundschaften und einfach nur zum Entspannen. Ihr bestimmt euer Pensum selber und entscheidet an welchen Kursen ihr teilnehmen möchtet“, sagt Ralf Krutz, Ehemaliger Minentaucher u. Fachsportleiter Gesundheitssport.

## **Übersicht:**

Seite 2:	Preise und Inklusiv-Leistungen
Seite 3:	Highlights im Überblick
Seite 4:	Fitnessprogramm/ Beispieltag
Seite 5:	Hotelbeschreibung/ Der Ort Paguera

## **Preise und Inklusiv-Leistungen**

Dauer: 8 Tage / 7 Nächte

**Reisezeitraum: 18.05.2022 – 25.05.2022**

- 7 Übernachtungen im 4 Sterne Universal Lido Park \*\*\*\*
- Halbpension in Buffet Form
- Abwechslungsreiches und vielseitiges Sportprogramm mit qualifiziertem Trainerteam (ca. 3 Std. täglich)
- 1 Wanderung inklusive
- mimind Goodie Bag inklusive
- Welcome Drink inklusive
- Reisepreissicherungsschein

**Preis im halben Doppelzimmer: Abschlag: - 180,00€**

**Einzelzimmerpreis: 1199,00€**

Flughafentransfer am Urlaubsort: 50,00€

Mindestteilnehmerzahl: 8 Teilnehmer

Maximalteilnehmerzahl: 15 Teilnehmer

## Highlights im Überblick

Entfliehe dem Alltag und begleite uns auf dieser erlebnisreichen Fitnessreise nach Mallorca. Dich erwarten tolle Sandstrände, wunderschöne Buchten und ein **schönes Hotel direkt am Meer!** Zudem sind wir sehr schnell im großartigen Tramuntana Gebirge.

## Unsere Top 5-Highlights im Überblick

- Trainingseinheiten mit qualifizierten und eigenen Trainern (keine Hotelanimateure)
- ***Team Spirit intensiv erleben!***
- Leckerer & vielfältiger Abendbuffet im Rahmen der Halbpension inklusive
- **Sehr schönes Hotel** in direkter Strandnähe – Holidaycheck: Top Hotel! Booking.com: Fabelhaft!
- Zahlreiche Trainingseinheiten wie z.B. Beach CrossCrosslethics, Einheiten, TRX-Training, Power-Zirkel, Koordinationstraining, Bootcamps, Jumping Fitness, und vieles MEHR.

## **Fitnessprogramm / Beispieltag**

In unserem Fitnessprogramm erwartet dich eine vielseitige Mischung für jeden Geschmack. Hier ein kleiner Auszug: *Wake-Up Jogging*, Power-Workout, TRX- Training, Freeletics, CrossLethics, Entspannungseinheiten (wie z.B. Yoga oder Pilates), Training For Warriors, Team Challenges, Walking-/Jogging, Zirkel Training, Core-Tabata, Bootcamps, Functional Fitness, und vieles MEHR! Auch eine Wanderung ins wunderschöne Hinterland wird auf dem Programm stehen. NEU: Täglich Jumping Fitness Einheiten.

### **Beispieltag:**

08:00 – 09:00 Uhr - Bootcamp-Einheit am Meer

12:00 – 12:45 Uhr - TRX-/Theraband Workout

17:00 – 18:00 Uhr - Relaxing / Entspannungseinheit


Die Trainingseinheiten werden zielgerecht angesetzt. Wir werden dich an einigen Tagen so richtig auspowern und zwischendurch wird die Ausdauerinheit z.B. eine leichte Wanderung sein. Somit setzen wir gezielt unterschiedliche Reize und der Spaß kommt garantiert nicht zu kurz.



## Hotelbeschreibung

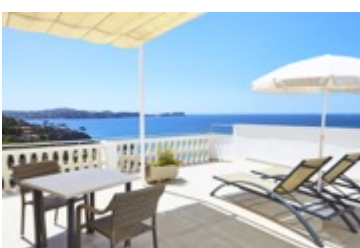
### **Universal Lido Park\*\*\*\***

Das Universal Lido Park Hotel befindet sich nur **1 Gehminute** vom Strand entfernt. Das Hotel begrüßt dich mit einem Blick auf die Bucht von Peguera und die Sandstrände. Es bietet klimatisierte Zimmer mit einem eigenen Balkon und Sat-TV. Das Hotel verfügt über einen Innen- und Außenpool, eine Sauna sowie ein Fitnessstudio.



Die schön **engerichteten Zimmer** erwarten dich mit einem Safe, einem Kühlschrank und einem Flachbild-TV. Im eigenen Bad findest du einen Haartrockner und kostenfreie Pflegeprodukte

### Der Ort Paguera



Der Ferienort Paguera, aus dem Katalanischen auch bekannt unter dem Namen Peguera, gehört zu der hübschen und wohlhabenden Gemeinde Calvià und ist einer der attraktivsten Flecke auf Mallorca. In Paguera kannst du dich auf wunderschöne Sandstrände freuen. Aber Paguera hat nicht nur Strände zu bieten

Jeder ist herzlich willkommen! Egal ob Sporteinsteiger oder Fitnessprofi. Ein harmonischer Mix! Komm mit uns und lass dich von dieser wunderschönen Region begeistern. Wir freuen uns auf dich!

**Ansprechpartner: Dominic Krutz**

**mimind – Aktiv & Lifestyle Reisen GmbH**

**02132 – 516 18 42**

**0176 – 649 86 789**

[www.mimind.de](http://www.mimind.de)

**mimind** Aktiv & Lifestyle Reisen GmbH  
Gartenstrasse 51  
40667 Meerbusch  
E-Mail: [info@mimind.de](mailto:info@mimind.de)  
Telefon: 0176 486  
[www.mimind.de](http://www.mimind.de)

