

**HANNES**  
hawaiiitours

**CAMPS 13/14**

# **FUERTEVENTURA** **MALLORCA**



**VOM EINSTEIGER BIS ZUM PROFI!**

**triathlon** Leserreisen



# WILLKOMMEN

IN DER TRAININGSWELT VON HANNES HAWAII TOURS



## WIR SIND...

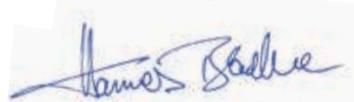
- „Erfinder“ von Triathlonreisen
- Trendsetter seit 1987
- „Connecting people“
- kompetent in Sport und Reisen
- persönlich und greifbar
- mit Herzblut für Sie im Einsatz

Träumst du davon dein Training nicht ständig zwischen zwei Termine quetschen zu müssen?  
Davon, dich nicht jedes Mal mit Familie und Beruf arrangieren zu müssen?  
Willst du dich gezielt auf die Saison vorbereiten? Oder einfach nur mal wieder fit werden?  
...und das bei angenehmen Temperaturen, in herrlicher Landschaft, mit Top-Trainern  
und Gleichgesinnten? Dann komm in unsere Camps!

**TRAINIEREN – ESSEN – SCHLAFEN – CHILLEN – SPASS HABEN.  
SO EINFACH KANN DAS LEBEN SEIN!**

Wir alle bei HHT freuen uns schon wieder darauf, dich in bekannt familiärer und freundschaftlicher Atmosphäre empfangen und betreuen zu dürfen. Wir bleiben der Seele unseres Erfolges treu: WE CARE 4 YOU!

Mahalo und Aloha,

  
Hannes Blaschke (Hannes Hawaii Tours)

P.S. übrigens fühlen sich Begleitpersonen und Kinder in unseren Hotels bestens aufgehoben!



## EARLY BIRD

Buche dein Camp bis 4 Monate vor Campbeginn und sichere dir ein Abo des Triathlon-Magazins oder ein Triathlon-Buch!

Nähere Infos kommen mit der Buchungsbestätigung!



# FUERTEVENTURA ODER MALLORCA?

HHT VERGLEICHT:

## FUERTEVENTURA

IDEALE TRAININGSBEDINGUNGEN BEI BESTEM WETTER

Die Kanaren sind im Winter die Inseln mit Schönwettergarantie. Fuerteventura ist die niedrigste und damit regenärmste aller Kanaren-Inseln: moderate Anstiege, karge Landschaft, überwiegend neu asphaltierte Straßen. Nur der Wind kann einem schon mal einen Strich durch die Durchschnittsgeschwindigkeit machen! Top-Ziele sind das Tal von Betancuria, Ajui – ein wunderschönes kleines Dorf am Meer – und der Aussichtspunkt Mirador de Morro Velosa auf 676 m Höhe! Auf der Anlage befindet sich eine flache Laufrunde – ein fast unbefahrenes Sträßchen lädt zum Lauf Richtung Leuchtturm ein. Das herrliche 50 m Becken mit acht Bahnen gehört zu den absoluten Highlights. Saubere und qualitativ hochwertige Unterkünfte und gutes Essen tun ihr Übriges. Triathlonherz, was willst Du mehr?

Anreise	ca. 4,5 Std. + 45 min. Transfer
Luft	23-26°C
Wetter	meist sonnig / selten Regen / teilweise sehr windig
Meer	15-18°C
Teer	überwiegend neu asphaltiert
Profil	ø 100Hm/10km, wellig
Pässe	leicht zu fahren
Insel	sehr karg, kaum grün, Ziegen
Daten	98 km x 26 km, 100.000 EW

## CAMPTERMINE:

NOV 2013	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
DEZ 2013	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
JAN 2014	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
FEB 2014	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
MÄRZ 2014	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
APRIL 2014	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

## MALLORCA

FRÜHER FRÜHLING ERLEBEN!

Radeln in grüner Natur durch blühende Wiesen lassen das Herz höher schlagen! Unsere Radeinheiten führen kreuz und quer über die wunderschönen Sträßchen der Insel. Von der 45 km-Cappuccino-Tour nach Betlem über 60 bis 100 km-Touren nach Petra und das San Marcia-Tal bis zu den 120 bis 200 km Klassikern wie San Salvador, Randa, Cap Formentor oder Sa Calobra. Jede Woche bieten wir einen Transfer nach Port d'Andratx an, von wo aus wir den atemberaubend schönen Küstenklassiker über ca. 180 km und 2800 Hm in Angriff nehmen. Es gibt Laufwege auf jedem Untergrund für alle beliebigen Streckenlängen und Schwierigkeitsgrade. Die Temperatur im 25 m-Pool ist perfekt für Schwimmen ohne Neopren-Anzug geeignet. Freu dich auf ein familiäres und triathlonfreundliches Hotel mit Top-Küche!

Anreise	ca. 2 Std. Flug + 1 Std. Transfer
Luft	18-23°C
Wetter	meist sonnig, 4-5 Regentage im Monat
Meer	15-18°C
Teer	von super bis schlecht
Profil	ø 100Hm/10km, wellig
Pässe	sehr schön, angenehm steil
Insel	grün, Obstplantagen, Schafe
Daten	98 km x 78 km, 850.000 EW

## CAMPTERMINE:

MÄRZ 2014	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
APRIL 2014	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
MAI 2014	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

# TRAININGSKONZEPT

## WAS ERWARTET DICH IN UNSEREN CAMPS?



### FÜR WEN SIND UNSERE CAMPS?

Für Einsteiger, mehr oder weniger ambitionierte Triathleten aller Distanzen sowie Sportbegeisterte, die einfach nur fit werden wollen. Bei uns kannst du mit viel Spaß trainieren, Kontakte knüpfen, Trainingspartner finden und ein rundum professionelles Trainingslager genießen!



### VORAUSSETZUNGEN

Um in unseren Gruppen mitfahren zu können, solltest du schon einmal auf einem Rennrad gesessen haben und 60 km in 3 Stunden zurücklegen können. Für die Teilnahme am Schwimmtraining solltest du die Grundlagen des Kraulschwimmens beherrschen und 400 m am Stück schwimmen können.



### KLEINE RADGRUPPEN = HOHE SICHERHEIT

Um größtmögliche Sicherheit zu gewährleisten versuchen wir die Gruppen auf maximal 12 Radfahrer zu begrenzen. Unser Fahrsicherheitstraining sowie eine obligatorische Einführung in die Regeln des Gruppenfahrens tun ihr übriges. Natürlich kannst du auch gerne alleine radeln, es besteht kein Gruppenzwang!



### TRAININGSPLAN

Unsere Camps sind auf eine Dauer von zwei Wochen ausgelegt. In der ersten Woche sind die Belastungsumfänge geringer, in der zweiten Woche größer. Jede Woche hat 5 Belastungstage und 2 Ruhetage.



Unsere Triathlon-Mustertrainingspläne variieren zwischen 15 und 30 Trainingsstunden/Woche. Du kannst aber auch nach unserem radlastigen Plan, deinem eigenen Plan oder nach Lust und Laune trainieren. Die Entscheidung, an welchen Trainings du teilnimmst, liegt bei dir.



### TECHNISCHE VERBESSERUNG

Neben Schwimmunterricht, Radausfahrten und anschließenden Koppelläufen bieten wir im Lauf-ABC zahlreiche Technik- und Koordinationsübungen an, schulen dein Können auf dem Rad im Fahrsicherheitstraining, stärken deine Rumpfmuskulatur in der Funktionsgymnastik und bieten dir reine Schwimmtechnik-Kurse. Gegen Aufpreis kannst du bei einer Sitzpositionsanalyse dein Rad perfekt einstellen lassen oder mithilfe von Videoanalysen (Schwimmen/Laufen) an deiner Technik feilen.



### TAGESABLAUF

Einganznormaler Trainingstag sieht in der Regel so aus: eine Stunde geleitetes Schwimmtraining oder Lauf-ABC am Morgen; nach dem Frühstück Radfahren in der Gruppe (2-5 Stunden); direkt anschließend evtl. ein Koppellauf; am Spätnachmittag noch Funktionsgymnastik. Nach dem Abendessen kannst du dann noch einen unserer Vorträge besuchen oder an der Bar auf den Tag anstoßen.



### GEHIRNJOGGING AM ABEND

Lerne in unseren zahlreichen Vorträgen Wissenswertes über Themen wie z.B. Trainingssteuerung, Ernährung, Theorie des Schwimmens oder Mentales Training. Bei unserem „Talk with the Pros“-Abend kannst du in die Welt der Profis eintauchen und Tipps für dein Training holen. Das Abendprogramm variiert von Camp zu Camp. Lass dich überraschen! In jedem Camp bieten wir einen Mechaniker-Workshop an, in dem du u.a. einen Reifenwechsel übst.



### DAUER IHRES CAMPS

Prinzipiell kannst du eine oder zwei Wochen (auch campübergreifend) buchen. Da der Trainingsaufbau unserer Camps jedoch auf 2 Wochen mit ansteigender Belastung ausgelegt ist, empfehlen wir, dich an die jeweiligen 2-Wochen-Blocks zu halten! Bedenke dies, falls du nur eine Woche kommen kannst.

# UNSERE LEISTUNGEN

## WIR BIETEN DIR 3 VERSCHIEDENE PAKETE ZUR AUSWAHL AN:

### DEIN Flug in die Sonne:

Mit deinem Camp-Angebot erhältst du ein Flugangebot (ggf. mit Radtransport) zum tagesaktuellen Preis. Du kannst deinen Flug aber auch anderweitig buchen. Auch dann holen wir dich am Flughafen ab.

	PAKET 1 UNTERKUNFT, SPORT + SERVICE (unser „Gold-Paket“).	PAKET 2 UNTERKUNFT + SERVICE: perfekt für Be- gleitpersonen/Familien, die auf das Sportpaket verzichten, aber dennoch unseren Service genießen wollen .	PAKET 3 SPORT + SERVICE: perfekt für alle, die ihre Reise selbst bu- chen wollen bzw. für Schnäppchenjäger, die auf billige Last-Minute Angebote hoffen.
Flug	+	+	+
Hotel/Aparthotel m. Halbpension	✓	✓	+
Flughafentransfers (inkl. Rad)	✓	✓	+

### SPORT

geleitetes Schwimmtraining/Technikkurse	✓	-	✓
geführte Radgruppen	✓	-	✓
Fahrsicherheitstraining	✓	-	✓
Lauftraining/Lauf-ABC	✓	-	✓
Koppel- und Wechseltraining	✓	-	✓
Funktionsgymnastik	✓	-	✓
Seminare und Workshops *	✓	-	✓
Fahrbereitschaft während Ihres Radtrainings	✓	-	✓

### SERVICE

Mieträder	+	+	+
Mechaniker vor Ort	✓	-	✓
HHT-Zentrale/ Reiseleitung	✓	✓	✓
Sportliche Leitung mit Trainern	✓	-	✓
Gastgeschenk	✓	✓	✓
Discount im Magic-Triathlon-Shop	✓	✓	✓
Test-Center: Scott, Profile, Polar...	✓	✓	✓
reservierte Poolbahnen	✓	-	✓
Masseur/Physio *	+	+	+
Video-Technik-Analysen, Sitzpositionsanalyse *	+	-	+
Leistungsdiagnostik *	+	-	+
Mietwagen-Vermittlung	+	+	+

### PREISE in Euro

siehe Preistabelle

siehe Preistabelle:  
2 Wochen: minus 250,-  
1 Woche : minus 100,-

2 Wochen 390,- EUR  
1 Woche 250,- EUR

\* Angebote können campweise variieren + gegen Aufpreis zubuchbar ✓ im Reisepreis enthalten - nicht enthalten



# FUERTEVENTURA PLAYITAS RESORT



CAMPTERMINE 2013/2014	SPORTLICHE LEITUNG	UNTERSTÜTZT VON
SWIMCAMP 1 A	30.11.- 07.12.	Christoph Fürleger
SWIMCAMP 1 B	07.12.-14.12.	Christoph Fürleger
SWIMCAMP 2	28.12.-04.01.	Ute Mückel
TRIATHLONCAMP 1	18.01.-01.02.	Professional Endurance Team
TRIATHLONCAMP 2	01.02.-15.02.	Lubos Bilek
TRIATHLONCAMP 3	15.02.-01.03.	Professional Endurance Team
TRIATHLONCAMP 4	01.03.-15.03.	Ingo Wetzel und Nils Goerke
TRIATHLONCAMP 5	15.03.-29.03.	Professional Endurance Team
TRIATHLONCAMP 6	29.03.-14.04.	Lubos Bilek



Auf der „Insel des ewigen Sommers“ bietet das Playitas Resort die perfekte Trainingslocation für Triathleten jeder Leistungsgruppe: Top-Unterkünfte und Essen, 50m-Pool (mit Plexiglas-Fenster!), hochmodernes Fitnesscenter, gute Laufstrecken mit einer 400m-Bahn nur wenige Kilometer entfernt und perfekte Straßenbeläge zum Radfahren.

Wir betreiben seit drei Jahren im Playitas Resort eine Triathlonstation von November bis April mit kompetentem Team für Training, Technik und Theorie sowie einem Triathlonshop! Freu dich sich auf schöne Wochen im und um das Playitas Resort!

Alle Unterkünfte sind mit Klimaanlage, Telefon, Sat-TV, Mietsafe, Internet-Anschluss (gegen Gebühr), Minibar-Kühlschrank, Bad, Balkon oder Terrasse ausgestattet. Die Betten sind Einzelbetten mit Latexmatratze.

#### PLAYITAS HOTEL

In modernen, geschmackvoll eingerichteten Doppelzimmern bzw. geräumigen Junior-Suiten kommt Urlaubsstimmung auf!

#### PLAYITAS APARTHOTEL

Die Studios und 1-Schlafzimmer-Appartements verfügen alle über eine vollausgestattete Küche und bieten das perfekte Umfeld für Familien.

#### PLAYITAS VILLAS\*

Luxus-Villas mit Privat-Pool, 2 Schlafzimmern, Wohnraum mit Küche inkl. Geschirrspüler, 3 Bädern, Waschmaschine/Trockner... 115m²!

\* nur auf Anfrage

#### AUSSTATTUNG DER ANLAGE:

- 4 Restaurants, diverse Bars
- Sportsbar auf der Plaza Rambla
- Supermarkt, Waschsalon, Internetecke
- Großzügige Gartenanlage mit Poollandschaften
- Kinderclub ab 4 Jahre
- großer Spielplatz
- Kinderbecken, Riesenrutsche
- hochmodernes Fitnesscenter
- Hotel-Sportprogramm (z.B. Spinning/Aerobic)
- Beach-Volleyball, Minigolf
- Radwerkstatt mit Mechanikerservice

Tennis und Golf gegen Aufpreis. Halbpension beinhaltet nicht die Getränke beim Abendessen.



# UNSERE PARTNER

## AUS DER SPORTBRANCHE

### CAMP SCHIRMHERRSCHAFTEN

Wir freuen uns über die Unterstützung unserer Camps durch unsere langjährigen Partner aus der Sportbranche. Freu dich auf ein kleines Extra-Werbegeschenk, ein besonderes Angebot der entsprechenden Firma wie Testmaterial, Vorträge, oder besondere Einkaufsvergünstigungen.



### PREISTABELLE SWIMCAMP 1 A+B PAKET 1

Preise in €/Person	Belegung	7 Tage	Meer- blick	14 Tage	Meer- blick
Standardzimmer	2	740,-	+70,-	1090,-	+140,-
	1	940,-	+70,-	1390,-	+140,-
Junior Suite	2	840,-	+70,-	1290,-	+140,-
	1	1040,-	+70,-	1540,-	+140,-
Studio	2	840,-	+50,-	1240,-	+100,-
	1	1040,-	+50,-	1590,-	+100,-
Appartement	3	840,-	+50,-	1240,-	+100,-
	2	940,-	+50,-	1340,-	+100,-

### PREISTABELLE SWIMCAMP 2\* + TRIATHLONCAMPS PAKET 1

Preise in €/Person	Belegung	7 Tage	Meer- blick	14 Tage	Meer- blick
Standardzimmer	2	840,-	+70,-	1190,-	+140,-
	1	1040,-	+70,-	1490,-	+140,-
Junior Suite	2	940,-	+70,-	1440,-	+140,-
	1	1140,-	+70,-	1690,-	+140,-
Studio	2	890,-	+50,-	1290,-	+100,-
	1	1090,-	+80,-	1690,-	+160,-
Appartement	3	890,-	+50,-	1290,-	+100,-
	2	990,-	+50,-	1390,-	+100,-

\* Im SWIMCAMP 2 fallen 40,- EUR Silvester-Zuschlag für das Gala-Dinner im Hotel an.

#### REISEZEITRAUM

Wir empfehlen, jeweils an den Hauptanreisetagen (1. Campsamstag) anzureisen - das bringt mehr Spaß und Homogenität in die Radgruppen! Falls dir diese Termine nicht zusagen, erstellen wir dir gerne ein Alternativangebot.

#### FLUGHAFENTRANSFERS

- Kostenloser Transfer an jedem Samstag (inkl. Rad)
- Bei Anreise/Abreise an anderen Tagen entstehen Transferkosten von € 30,-/Person/Strecke und € 15,-/Rad/Strecke.

#### ZIMMERBÖRSE

Auch als Einzelreisender kannst du bei uns eine Doppelbelegung anfragen! Wir versuchen, einen passenden Zimmerpartner für dich zu finden. 3er-BELEGUNG STUDIO und 4er-BELEGUNG APARTEMENT auf Anfrage.

#### KINDERBETREUUNG

Der Miniclub (4-12 J.) hat von 9:30-13 Uhr und von 15:30-20 Uhr geöffnet. Jüngere Kinder müssen in Begleitung eines Erwachsenen sein. Kids Academy: in der Ferienzeit werden Kinder in verschiedenen Sportarten speziell gefördert. Weitere Infos auf Anfrage.

#### PAKET 1 UNTERKUNFT, SPORT + SERVICE

**PAKET 2**  
UNTERKUNFT + SERVICE  
Paket 1 minus 250,- EUR/2 Wochen  
Paket 1 minus 100,- EUR/1 Woche

**PAKET 3**  
SPORT + SERVICE  
2 Wochen-Preis 390,- EUR  
1 Wochen-Preis 250,- EUR

### TESTCENTER

Hier bieten wir dir an, Geräte/Produkte unserer Partner kennenzulernen: in Theorie und Praxis. Du willst im neuesten ORCA-Neo schwimmen, das neueste SCOTT-Rad fahren oder eine POLAR-Uhr ausprobieren? Hier bist du richtig!

Folgende Firmen werden voraussichtlich vertreten sein:



#### ERMÄSSIGUNGEN

Studenten und Auszubildende unter 28 Jahre erhalten 10% Nachlass auf den Grundreisepreis.

Gruppen, Vereine und Verbände erhalten bei Gruppenbuchungen ab zehn Personen eine Spende von 50,- EUR/Person.

Abzug bei Verzicht auf Halbpension im Studio/Appartement 100,- EUR/Woche/Person

### TRIATHLON-SHOP

Auf dem zentralen Platz des Playitas, der Plaza Rambla, bietet dir unser Shopbetreiber „MAGIC“ alles was das Triathlonherz begehrt. Vor allem auf Sportfood ist MAGIC spezialisiert.



### MIETRÄDER



Spar dir den Rad-Pack-Stress und die Transportgebühren. Du wirst von unseren Scott-Carbon-Rennern (ausgestattet mit Sram-Gruppen) begeistert sein. Allerdings können wir dir nur in Mallorca ein „Scotti“ garantieren. In Fuerteventura müssen erst die hoteleigenen Mieträder ausgegeben werden, erst dann kommen unsere Räder dran. Aber auch bei den Playitas-Rädern ist Carbon angesagt!

Mietpreise: 231,- EUR/2 Wochen bzw. 136,- EUR/1 Woche  
Mietrad-Kauf: Wir erneuern ständig unsere Flotte und bieten deshalb unsere Mieträder ab 1090,- EUR zum Kauf an.

# UNSER TEAM AUF FUERTEVENTURA

## SPORTLICHE LEITUNG, PROFIS UND GUIDES

Alt werden hat nicht nur Nachteile: in 26 Jahren HHT haben sich stabile Partnerschaften und Kooperationen entwickelt, von denen heute jeder Campteilnehmer profitiert. Unsere sportlichen Leiter sind nicht nur fachliche Spitzenkräfte sondern auch gute Pädagogen!

Die vielen Profis, die unsere Camps besuchen, geben im "Talk with the Pros" bereitwillig ihre Erfahrungen an Dich weiter! Und unser Rückgrat, die Guides, sind alle handverlesen und hochmotiviert. Hier also unsere Mannschaftsaufstellung:

## SPORTLICHE LEITUNG



Dipl. Sport-Wissenschaftler  
**SUSANNE BÜCKENLEI**  
**MATTHIAS FRITSCH**  
Institut für Leistungsdiagnostik  
und Trainingsbetreuung



Susanne (3-fache Norseman-Siegerin) und Matthias (3-facher Hawaii Teilnehmer) haben 2005 nach Ihrem Sportstudium ihr eigenes Institut (PET) gegründet und betreuen erfolgreich AK-Athleten und Profis wie Anja Beranek, Simone Brändli und Fabian Konrad. Mit HHT sind die beiden bereits seit Ihrer Studentenzeit unterwegs und wir freuen uns über die nun schon jahrelange professionelle sportliche Betreuung unserer Camps.



Magister für  
Sport und Biologie  
**LUBOS BILEK**



Nach 2-jähriger erfolgreicher Zusammenarbeit freuen wir uns auf Runde 3 mit dem Erfolgstrainer aus Tschechien. Andi Böcherer und Sebastian Kienle gehören zu seinen "Kunden". Doch auch ein kleiner Kreis aus AK-Athleten trainiert nach Lubos' Plänen. Man fühlt sich einfach Top aufgehoben und er schafft es immer wieder der Gruppe seinen Willen so zu verkaufen, als wäre es ihr eigener.



**INGO WETZEL** (links)  
**NILS GOERKE**

Der Ex-Profi und der Präsident: Nils Görke (ETU-Vize-Europameister, 22. Platz IM Hawaii und 3. Platz IM Regensburg) und Ingo Wetzel (11 IMs und 2 Hawaii Qualis) geben dem Camp seinen eigenen Charme! Nils, hochkompetent aufgrund seiner sportlichen Vergangenheit und seines Studiums der Sportwissenschaften, plant die Trainings, Ingo, Gründer des größten deutschen Triathlonvereins, den "Triabolas", hält den ganzen Haufen bei Laune und zusammen. Motto: "...ihr trainiert, wir kümmern uns um den Rest!"



Master of  
health economics  
**CHRISTOPH FÜRLEGER**

Der ehemalige Leistungsschwimmer (Nationalmannschaft) und Triathlet sowie Fachautor des Triathlon - Magazins, hat 2005 als Guide bei HHT begonnen und ist heute die rechte Hand von Hanes und dessen designierter Nachfolger. Seine Fachkompetenz und seine pädagogischen Fähigkeiten suchen ihresgleichen. Sein Trainermotto: Vereinfachungen und spezielle Technikrichtungen gehen immer in die falsche Richtung. Durch gezielte individuelle Technikscherpunkte sorgen wir für schnelle Trainingsfortschritte.



**UTE MÜCKEL**



Ute Mückel ist ein Markenzeichen im Triathlon-Sport. 49 IRON-MAN Teilnahmen mit unzähligen „First out of the water“ und 3 Gesamtsiegen sind eine imposante Bilanz! Ute war bereits Leistungssportlerin vor wir alle wussten was Triathlon bedeutet: 1982 wurde sie 3-fache Junioren Schwimm-Europa-Meisterin! Heute verbreitet Ute unter ihrem eigenen Label ihr Fachwissen im Triathlon. Ihre Schwimmphilosophie für Triathleten: den komplexen Bewegungsablauf auf das Wesentliche reduzieren.

## HHT PROFIS - MIT UNS AUF REISEN



Thomas Hellriegel



Sebastian Kienle



Konstantin Bachor



Anja Beranek



Kristin Möller



Daniela Sämmler



Svenja Bazlen



Andreas Böcherer



Johannes Moldan



Hans Daugaard-N.



Eva Böhler



Julia Gajer



Nils Frommhold



Anja Dittmer

## HHT GUIDES - GEBALLTE KOMPETENZ TRIFFT LEIDENSCHAFT



Kalli Nottrodt



Sonja Ritter



Wolfi Schmatz



Katrin Kinzelbach



Fritz Buchstaller



Daniel Wienbreier



Jami Javanshir



Lucia Kühner



Christian Grath



Jürgen Klotz



Michi Hofmann



Peter Metz



Menke Reichmann



Chris Menk



Jens Richter



Britta Blankenf.



Frank Niemerg



Eric Quellmalz



Bernd Eichhorn



Dominik Ritter



Linda Schuecker



Dieter Waller



Werner Schedlbauer



Melanie Dietl



Ingalena Heuk



Falk Hohmann



Joanna Mayer



Manuel Reimer



Marc-Alex Raissis



Mathias Müller



Maurice Clavel



Melanie Schipfer



Walter Reichmuth



Steffi Volland



Stephi Fahnenmann



Thomas Astheimer



Timm Gärtner



Uta Knappe



Steffen Mayer



Felix Welzel



Jakob Ohlsen



Sarah Berndt



Robert Spittler



Christopher Hettich



Daniel Hehle



Susanne Schubardt



Jens Jaumann



Julia Rädler



★★★★★  
**Beach Club**  
 Font de Sa Cala



**MALLORCA**  
**CALA RATJADA**



CAMPTERMINE 2014		SPORTLICHE LEITUNG
CAMP 1	29.03.-12.04.	Christoph Fürleger HHT-Team
CAMP 2 (Ostern)	12.04.-26.04.	Christoph Fürleger HHT-Team
CAMP 3	26.04.-10.05.	Christoph Fürleger HHT-Team

Zum 13. Mal in Folge halten wir ein Camp im Hotel Font de Sa Cala ab. Das zeigt: hier passt einfach alles! In unserer „HHT-Zentrale“, einer in der Hochsaison vom Hotel betriebenen Bar/Pizzeria, können wir schalten und walten wie wir wollen. Hier finden unsere Vorträge und Workshops statt, hier sind unser Shop und unsere Werkstatt, hier an der „Rampe“ treffen sich die Radgruppen! Besser kann man sich einen Knotenpunkt kaum vorstellen! „Connecting people“... diesen Vorsatz, können wir hier bestens umsetzen. Die Zimmer des Hotels sind guter Standard, wer es etwas luxuriöser will, kann für wenig Aufpreis eine „Junior Suite“ beziehen. Das Essen ist spitze! Das Wetter kann in Mallorca um diese Jahreszeit noch etwas unbeständig sein, aber wir sind ja Triathleten und keine Radfahrer: da gibt es bei jedem Wetter was zu tun!

**DIE ZIMMER**  
 Alle Zimmer sind mit TV, Telefon, Kühlschrank, Bad/WC, Heizung und Balkon ausgestattet. Gegen Aufpreis erhältst du eine Junior-Suite mit mehr Platz und noch mehr Komfort. Beim Abendessen sind Wein, Wasser und Limonade im Preis enthalten. Morgens kannst du dir ein Lunchpaket am Buffet zusammenstellen.

- AUSSTATTUNG DER ANLAGE:**
- ☼ beheizter 25 m Pool
  - ☼ triathlonfreundliche Hotelleitung
  - ☼ Kinderclub mit Kinderbetreuung
  - ☼ Gymnastikraum
  - ☼ Fitnesscenter m. Sauna

Unser 4-Sterne-Hotel liegt herrlich ruhig, ca. eine Autostunde vom Flughafen entfernt, abseits der stark befahrenen Straßen bei Cala Ratjada direkt am Meer. Die Landschaft ist leicht wellig, die perfekte Location für ein Grundlagen-Trainings-camp. Die Anlage bietet alles, was Triathleten zur Vorbereitung auf eine erfolgreiche Saison benötigen.

- IM PREIS INBEGRIFFEN:**
- ☼ hervorragendes Frühstücks- und Abendbuffet inklusive Getränke
  - ☼ Lunchpaket
  - ☼ Beach-Volleyball, Minigolf
- Tennis, Fitnesscenter und Sauna gegen Aufpreis*



## HHT-KINDERBETREUUNG IM OSTERCAMP: 12. - 26.04.2014

Für Mamas und Papas, die beide gerne am Camp teilnehmen und trainieren möchten, bieten wir eine Betreuung für Kinder aller Altersklassen an. Grundvoraussetzung ist sicheres Laufen und selbständiges Essen. So können Mama und Papa ganz entspannt radeln gehen, während die Kleinen in guten Händen sind. Wir freuen uns auf viele kleine Campbesucher mit glücklichen, sportlichen Eltern! Die Betreuung findet während der Dauer der Radtouren statt und kostet € 100,-/Kind/Woche (tageweise nicht buchbar).



## JUGENDCAMP VOM 12. - 26.04.2014 JUGEND A + B, JUNIOREN



MANUEL REIMER

dem Alter und der Leistungsfähigkeit der Jugendlichen an. Ein Trainingstag beginnt nach dem Aufstehen mit einem lockeren Lauf am Strand. Nach einem ausgewogenen Frühstück werden Radtouren mit verschiedenen Längen und Schwierigkeitsstufen angeboten.

HHT-Jugendcamps. Das Angebot wird am Abend durch Vorträge rund um den Triathlon-Sport abgerundet.

### FÜR WEN IST DAS CAMP?

Für triathlonbegeisterte Jugendliche der Jugend A, B und Junioren. Es ist keine Kaderzugehörigkeit erforderlich.

**WIE LÄUFT DAS TRAINING AB?** Wir bieten geleitete Trainingseinheiten, die in einen jugendspezifischen Wochenplan eingebettet sind. Viel Techniktraining im Schwimmen und Laufen, Koppeltraining und Spaßwettkämpfe runden das Angebot ab!

### WEITERE ANGEBOTE:

Trainingswissenschaftliche Vorträge am Abend, Ball- und Gesellschaftsspiele sowie Jugend-Disco sind Bestandteil des Rahmenprogramms.

### VORAUSSETZUNGEN:

Grundbeherrschung eines Rennrades, Klick-Pedale sind erwünscht. Radeinheiten von ca. 80 km und Laufleistungen bis 6 km sollten verkräftet werden. Die Kraultechnik sollte in der Grobform bekannt sein!

## PREISTABELLE CAMP PAKET 1

Preise in €/Person	Belegung	7 Tage	14 Tage
Standardzimmer	2	690,-	990,-
	1	840,-	1240,-
Junior Suite	2	790,-	1190,-
	1	940,-	1490,-

3er-/4er-Belegung auf Anfrage.

## ERMÄSSIGUNGEN

Studenten und Auszubildende unter 28 Jahre erhalten 10% Nachlass auf den Grundreisepreis.

Gruppen, Vereine und Verbände erhalten bei Gruppenbuchungen ab zehn Personen eine Spende von 50,- EUR/Person.

**PAKET 1**  
UNTERKUNFT, SPORT + SERVICE

**PAKET 2**  
UNTERKUNFT + SERVICE  
Paket 1 minus 250,- EUR/2 Wochen  
Paket 1 minus 100,- EUR/1 Woche

**PAKET 3**  
SPORT + SERVICE  
2 Wochen-Preis 390,- EUR  
1 Wochen-Preis 250,- EUR

## REISEZEITRAUM

Wir empfehlen, jeweils an den Hauptanreisetagen (1. Campsamstag) anzureisen - das bringt mehr Spaß und Homogenität in die Radgruppen! Falls dir diese Termine nicht zusagen, erstellen wir dir gerne ein Alternativangebot.

## FLÜGE

Gerne bieten wir dir auf Anfrage einen maß-geschneiderten Flug zum tagesaktuellen Preis an. In der Regel sind die Flüge bei früher Buchung günstiger. Falls du deinen Flug selbst buchst, teile uns bitte deine Flugnummer und Ankunftszeit für die Abholung mit.

## FLUGHAFENTRANSFERS

- Kostenloser Transfer an jedem Samstag (inkl. Rad)
- Bei Anreise/Abreise an anderen Tagen entstehen Transferkosten von € 30,-/Person/Strecke und € 15,-/Rad/Strecke.

## ZIMMERBÖRSE

Auch als Einzelreisender kannst du bei uns eine Doppelbelegung anfragen! Wir versuchen, einen passenden Zimmerpartner für dich zu finden.

## MIETRÄDER

Spar dir den Rad-Pack-Stress und die Transportgebühren: Gegen einen Aufpreis von € 210,-/2 Wochen bzw. € 130,-/1 Woche erhältst du ein hochwertiges Mietrad vor Ort! Bitte gib bei der Anmeldung deine Körpergröße an.

## KINDERBETREUUNG

Am 12.04. öffnet das Hotel „offiziell“. Ab diesem Termin beginnt die hoteleigene Kinderbetreuung mit Kids-Club untertags und Mini-Disco am Abend. Vom 12. - 26.04. bieten wir unsere eigene HHT-Kinderbetreuung, die auf die jeweiligen Trainingszeiten angepasst wird. (Siehe nächste Seite)

## PREISTABELLE JUGENDCAMP Preise in €/Person

UNTERKUNFT	1er-Belegung	2er-Belegung	3er-Belegung	4er-Belegung
7 Tage Standardzimmer	670,-	540,-	490,-	450,-
14 Tage Standardzimmer	1090,-	840,-	740,-	700,-

Junioren können auch eine Campdauer von 7 Tagen buchen, das Camp ist jedoch auf 14 Tage ausgelegt



**HHT**  
DAS CAMP!



**HANNES**  
hawaii tours

## REISEANFRAGE

Anfrage erfolgt über unser  
Formular unter  
[www.hannes-hawaii-tours.de](http://www.hannes-hawaii-tours.de)

Natürlich kannst du dich auch  
telefonisch bzw. per eMail mit  
uns in Verbindung setzen.

NEU

Tel. +49 (0) 8323/9591816

## VERANSTALTER

**HANNES BLASCHKE GMBH**

Seestraße 18  
87509 Immenstadt/Bühl  
Tel. +49 (0) 8323/9591816  
Fax +49 (0) 8323/9591969  
info@hannes-hawaii-tours.de  
www.hannes-hawaii-tours.de

Geschäftsführer: Hannes Blaschke,  
HRG 8399, Amtsgericht Kempten

## REISEN 2013

**IRONMAN**  
WM Hawaii  
12.10.2013

**IRONMAN Cozumel,**  
Mexico (inkl. Startplatz)  
01.12.2013

**HHT-SWIMCAMPS**  
Fuerteventura  
30.11. - 14.12. und  
28.12. - 04.01.

## REISEN 2014

**Fuerteventura Camps**  
18.01. - 12.04.

**Mallorca Camps**  
29.03. - 10.05.

**IM Südafrika**  
**IM 70.3 Mallorca**  
**IM Lanzarote**

**IM Canada**  
**IM 70.3 WC**  
**Mont Tremblant**

**IM WC Hawaii**  
**IM Florida**  
**IM Cozumel**