



# Renncamp 1 Sudelfeld

## 17.-21.01.16

### Ski-und Renntraining auf höchstem Niveau

Während 4 Tagen trainieren wir Riesenslalom und Slalom auf top präparierten und für uns abgesperrten Pisten. Ein perfektes Trainingsambiente sowie technische und taktische Tipps der Profis tragen zu einer effizienten Verbesserung der Renntechnik bei.

#### Leistungen (Einführungsangebot):

**Preis: ab 650 €**

- 4x ÜN/F mit Kaffee Snack im DZ/ (HP + 12,50 €) im [www.berghotel-sudelfeld.de](http://www.berghotel-sudelfeld.de) direkt an der Piste
- Inkl. Training und Betreuung (max. 7 TN pro Trainer)
- Inkl. 4 Tages Liftpass
- EZ Zuschlag +40 €



#### Anforderungen:

Teilnehmen können Alle, vom ambitionierten Skifahrer, bis Jugend – und Mastersrennläufer.

#### Inhalte:

- Tägliche Videoanalyse
- Zeitmessung inkl. Zwischenzeit und Startzeit
- Exklusiv abgesperrte Rennpisten
- Täglich fertig gesteckte Läufe
- Tipps zum skispezifischen Konditionstraining
- Ernährungs- Trainingsplanempfehlungen

#### Coach:

Rupert Nagl

- Skicross Weltcup Athlet/DSV
- Trainer Ski/Kondition
- DSLV Skilehrer



#### Infos und Anmeldung:

**Top on Snow Station Sudelfeld**

Dorfbachstr. 8

83098 Brannenburg

Telefon: +49.8023.783900-5

Telefax: +49.8023.783900-6

Mobil: +49.176.83308209

[sudelfeld@toponsnow.de](mailto:sudelfeld@toponsnow.de)

#### Timetable:

- 1.Tag: Bis 18.00 Uhr Anreise, Check In  
19:00 Uhr Begrüßung/ Ablauf/ Programm
- 2.Tag: Freies Skifahren mit technischer Schulung
- 3.Tag: Riesenslalom Training, freies Skifahren
- 4.Tag: Riesenslalom Training
- 5.Tag: Slalom Training/Riesenslalom

**Vormerken: Renncamp 2: 14.-18.02.16!**