



IMPULSE TRIATHLON CAMP

SAN JOSÉ DE LA RINCONADA-SEVILLA

INSTALACIONES ÚNICAS

- Extraordinaria ubicación muy cerca de Sevilla
- **SWIM:** Laguna con 550 m. de perímetro y circuitos balizados.
- **RUN:** Circuito en parque de 1.500 m.
- **BIKE:** 4 rutas diferentes
- Zonas T1 & T2
- Espacios para entrenamiento en seco (exterior y sala funcional)
- Áreas de superficie
- Aula de visualización
- Furgoneta de apoyo



impulse
TRI-CAMP



TÉCNICOS ESPECIALISTAS

SWIM: Roberto Galván

BIKE: Javier Sola

RUN: Sergio Ballesteros

Con la colaboración de Atletas Embajadores

Dtor. Técnico: Germán Monterrubio

PROGRAMA ESPECÍFICO

- Lunes a domingo / jueves a domingo
- Biomecánica y análisis de movimiento
- Entrenamiento condicional y entrenamiento técnico
- Práctica de transiciones
- Entrenamiento Muscular Respiratorio
- Entrenamiento de fuerza y de calidad de movimiento
- Charlas específicas: nutrición deportiva, gestión del tiempo, motivación y habilidades psicológicas para la competición...
- Long Training Day
- Actividades de Multiaventura



GET THE BEST TRAINING!

Parque de Las Graveras

Ctra. A ·8001 KM 4, 41300. San José de La Rinconada- Sevilla

W traininggarden.es **E** info@traininggarden.es **M** +34 655 57 63 68



IMPULSE TRIATHLON CAMP

SAN JOSÉ DE LA RINCONADA-SEVILLE

PRÓXIMAS FECHAS

- 21-27 Mayo 2018
- 18-24 Junio 2018
- 23-29 Julio 2018
- 17-23 Octubre 2018
- 5-11 Noviembre 2018

INSCRIPCIONES: www.traininggarden.es

¡Antes del 31 de mayo tienes un 15% de dto!



PRECIOS

*Incluye los Seguros, Bolsa de Bienvenida y Almuerzos.

** Descuento en el acceso a socios de Training Garden.

INSCRIPCIÓN	PROGRAMA LARGO (7 días)	PROGRAMA CORTO (4 días)	ACTIVIDADES ABIERTAS
EXTERNAL ATHLETES	799€	499€	Charlas & sesiones 15€ Long Training Day 49€

COMPLETA TU ESTANCIA

Alojamiento, viaje, transfers, alquiler de bicicletas y neoprenos, programa turístico, visita guiada de tapas, planes familiares, multiaventura...

GET THE BEST TRAINING!

