



Reisen, Camps, Seminare und Laufregionen

Laufreisen und Laufcamps Laufcampus-Camps auf Mallorca

Laufcampus ist der führende Anbieter von Laufcamps auf Mallorca. Auch Reisen zum Halbmarathon, dem 261 Women's-Marathon und dem Palma-Marathon werden angeboten.



1 / 25 | Läufe am breiten Sandstrand runden das Camp in Andalusien perfekt ab.

Laufreisen und Laufcamps RUNNER'S WORLD Camps

Foto: RW

**Laufcamp.net****Meddy's Laufreisen****Laufwerkstatt****Trailrunning-Camp****Fidelio Trailrunning****Laufcampus-Camps auf Mallorca**

Laufcampus, der führende Anbieter von Laufcamps auf Mallorca, bietet viele verschiedene Angebote auf der Balearen-Insel: von fünftägigen Laufreisen zum Palma-Halbmarathon, dem 261 Women's-Marathon oder dem Palma de Mallorca-Marathon bis zu zahlreichen unterschiedlichen achttägigen Laufcamps.

In allen Camps gibt es täglich geführte Läufe in mehreren Leistungsgruppen, die bei Bedarf auch täglich gewechselt werden können. Dazu findet jeden Tag ein ergänzendes Aktivangebot wie zum Beispiel Yoga, Athletiktraining, Intervalltraining, Lauf-ABC oder einer Laufstil-Videoanalyse statt. Zudem runden Vorträge zu laufspezifischen Themen wie Trainingslehre und -planung, Ernährung und Ausrüstung die Praxis-Inhalte ab. Wer neben den Laufcamps noch etwas mehr von der Insel sehen möchte, kann die optionalen Freizeit-Angebote wahrnehmen. Nicht-laufende Begleit-Personen können ein Begleitpaket buchen.

Die Betreuung aller Laufcampus-Laufcamps erfolgt durch ein ausgebildetes, lizenziertes und erfahrenes Trainer-Team aus mindestens drei Trainern pro Camp. Jede Leistungsgruppe wird durch ein bis zwei Trainer und Co-Trainer geführt. Die meisten Laufcamps richten sich an Läufer aller Leistungs-Klassen. Doch auch zwei Camps,

die gezielt für Einsteiger und Hobbyläufer ab 50 Jahren sind, werden angeboten. Hier liegen die Trainings-Schwerpunkte eher auf Regeneration und Athletik-Training zur Verletzungs-Prävention sowie Berücksichtigung der sich ändernden physiologischen Bedingungen.

Das Trailrunning-Camp ist dagegen eher für erfahrenere Läufer geeignet – genauso wie Reisen zum Halbmarathon im März, den schönsten mallorquinischen Strecken und dem Marathon im Oktober. Für ersteres stehen sogar spezialisierte Trail-Guides für die nötige Erfahrung und Strecken-Kunde bereit, beim Kombi-Aktivcamp „Run & Hike“ erfahrene Hiking-Guides.

Alle Termine 2017

25.02. - 04.03. Trailrunning-Camp
25.02. - 04.03. Laufcamp "50 plus"
04.03. - 11.03. Laufurlaub "schönsten Strecke"
11.03. - 18.03. Laufcamp "Frühling"
11.03. - 20.03. Laufcamp "Frühling"
16.03. - 20.03. Palma-Halbmarathon
08.04. - 15.04. Laufcamp "Ostern"
07.10. - 14.10. Laufcamp "Herbst"
07.10. - 16.10. Laufcamp "Herbst"
12.10. - 16.10. Palma de Mallorca Marathon
14.10. - 21.10. Wanderurlaub Run & Hike
14.10. - 23.10. Wanderurlaub Run & Hike
19.10. - 23.10. Artà-Trail-Bergmarathon

Alle Laufcamps finden in Can Picafort auf Mallorca statt.

Preis: ab 399 € für sieben Tage p. P. (ohne Flug und Hotel)

Weitere Infos finden Sie auf www.laufcampus.com.

MEHR ZUM THEMA

Richard Ringer gewinnt Bronze