

# 3-TÄGIGER SCHWIMMWORKSHOP IN DER PARKTHERME BAD RADKERSBURG

**AQUAMANIA**  
SWIMCLUB

Für Anfänger, Hobbyschwimmer und Triathleten

**01.03.05.2025**

3 Tage / 2 Übernachtungen im 4 Sterne Vitalhotel der Parktherme  
inklusive:

- Vitales Frühstücksbuffet
- Kaffee- und Kuchenbuffet am Nachmittag
- Feinschmeckerhalbpension am Abend
- Eintritt in die Parktherme und Saunadorf
- Benützung des Fitnessraums im Vitalhotel
- 3 Tage Sportbetreuung durch professionelle Trainer
- Kostenlose Verwendung aller Trainingsgeräte (schwimmen)
- Test der Trainingshilfsmittel der Fa. Aqua Sphere und Kauf vor Ort möglich

GESAMTPAKET: 524€ pro Person im DZ/HP  
561€ im EZ/HP / 249€ ohne Übernachtung \*  
\*exkl. Eintritt in die Therme

TRAINER: Markus Strini und Sigi Antoniuk



Anmeldung und Info:

markus.strini@clubyourway.at Tel.: 0664-1450477

sigrid.antoniuk@clubyourway.at Tel.: 0664-1063028 oder

<https://www.clubyourway.at/veranstaltung/schwimmworkshop-in-bad-radkersburg/>

# Programm:

- Täglich 2 praktische Schwimmseinheiten
- Theorie: Bewegungslehre und Biomechanik Schwimmen
- Videoanalyse
- Spezielles Krafttraining und Gymnastik für Schwimmer
- Morgensport
- Evtl. eine Freiwassereinheit
- Feedback- und Diskussionsrunde



Wir versuchen das Programm auf die Wünsche und Bedürfnisse unserer Teilnehmer abzustimmen und bleiben daher in der Ankündigung, Gestaltung und Durchführung flexibel.

Wir freuen uns auf 3 tolle Tage mit euch!!!

Euer CYW Team  
Markus und Sigi

