

Golf Regenerationsreise Spanien



Mental & Fitness WEEK im PGA Catalunya Resort *****Hotel Camiral

30. - 06. Juni 2020

Ganzheitliches Golf Coaching auf dem #1 Platz in Spanien



Hotel

Mit 5-Sterne-Eleganz und erstklassigen Einrichtungen ist das Hotel Camiral eine Oase der Ruhe im Herzen des Resorts. Das zeitgenössische Äußere steht im Kontrast zu den reich strukturierten Innenräumen, die mit den Sinnen spielen. Die wunderschön entworfenen 145 Zimmer und Wohnräume des Hotels verbinden moderne Ästhetik mit natürlichen Einrichtungsgegenständen und versprechen Luxus, Komfort und Eleganz.

Restaurant

Die Provinz Girona ist für ihre Spitzengastronomie bekannt und unser Restaurant 1477 folgt dieser Tradition. Die Gerichte unseres mehrfach prämierten Küchenchefs zeichnen sich durch frische Produkte und perfekte Zubereitung aus.

SPA

Willkommen in unserem Wellness Centre, dem Eingangstor zu einer Welt der Gelassenheit und des Komforts, umgeben von natürlichen Materialien. Tanken Sie neue Energie in unserem beheizten Hydrotherapie-Pool und in der Thermal-Suite. Gönnen Sie sich eine Spa-Anwendung oder entspannen Sie Ihre Muskeln im Dampfbad mit Kräuterextrakten. Besuchen Sie die finnische Sauna und probieren Sie die Massagen und Körperbehandlungen zum Abschalten. Unternehmen Sie eine exklusive Reise der Erneuerung und Erkundung.

Golfplatz | Stadium Course | Tour Course | ECHTE MEISTERSTÜCKE

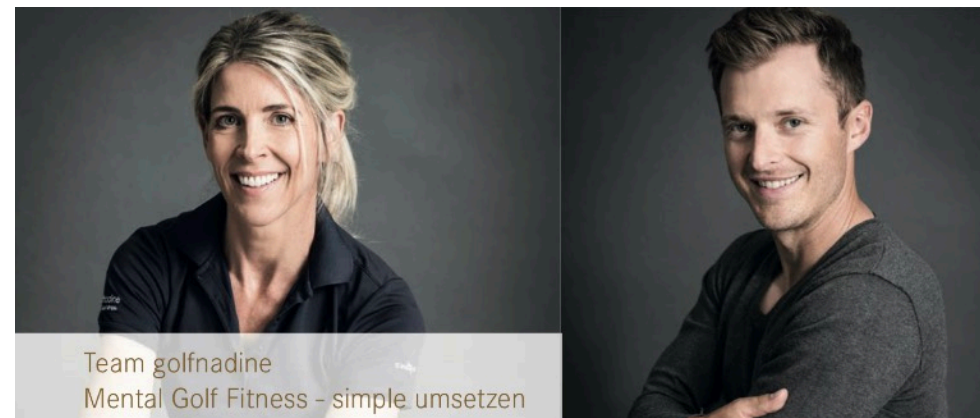
Dieser so spektakuläre wie eindrucksvolle Golfplatz zählt seit seiner Eröffnung im Jahre 1999 ununterbrochen zu den zehn besten Golfplätzen Europas und wurde kürzlich sogar auf Platz 4 in Kontinentaleuropa sowie auf Platz 1 in Spanien gewählt. Als Austragungsort zahlreicher Turniere der PGA European Tour erfährt dieser Platz stets aufs Neue höchstes Lob vonseiten der professionellen Spielergemeinschaft.

Die Übernahme des PGA Catalunya Resorts in 2008 durch den irischen Unternehmer und erfolgreichen Eigentümer des bekannten Quinta do Lago in Portugal, Denis O'Brien, gab dem Projekt ein enorme und signifikante Investmentspritze und vor allem ein neues Ziel - die Entwicklung eines Immobilienmarktes an der Spitze der Eleganz und Stils.

Beste Reisezeit: Sep - Jun | **Wetter:** März 14 - 19 Grad | **Zielflughafen:** Barcelona

Ihr Golf Coaching WEEK Programm:

- **Spieler Profil Analyse** mit get together am 1. Coaching Tag | Zeit-Ziel-Aufwand-Ertrag: Was sind meine Wünsche?
- **Outdoor Golf Work Out mit Musik** | Aktiv Qi Gong | Balance & Koordination | Schnellkraft Training | Stretching
- **Golfspezifisches Bewegungsmuster Training** - Seiltraining, Terra Bands & ihr Eigengewicht optimieren Ihre funktionellen Fähigkeiten. Ihr Körper setzt dadurch die technischen Bewegung mit dem Schläger einfacher um.
- **Technical Basics im Trainingsareal** mit individuellen, simplen Tipps im langen und kurzen Spiel | Nur das, was am Platz umsetzbar ist, wird im Trainingsareal geübt | „Wir ändern nicht Ihren Griff, sondern Ihren Druck...“
- **Gemeinsames Spiel am Platz** über 18 Löcher auf den Championship Courses | Erleben Sie die Praxis was im „echten Golf“ am Platz geschieht | Profi Taktik & Strategie | Nur Strafschläge und Outbälle sind schlechte Schläge.
- **Caddy Coaching** - Wir sind Ihr Personal Caddy am Platz und ergänzen Ihre persönliche Spielsituation.
- **Aktive Regeneration - Atemtraining:** Erlernen Sie die Techniken, um mit Überforderung und Leistungsdruck besser umgehen. Erleben Sie, wie sportliches Freizeitgolf Ihre lineare Konzentration fördert und Ihnen beim Abschalten vom beruflichen Alltag hilft.
- **Mental Coaching** - vom Alltagsdruck zum GOLF Freizeitstress? Konzentration, Fokussierung und Visualisierungs Techniken. Fast Recovery - wie werde ich Ärger und andere Störfaktoren rasch los? Improvisation - Erfolg obwohl es anders kommt als gedacht...
- **Callaway 2020** - Testmaterial am Platz & individuelles Schlägerfitting auf Wunsch.



Premium Golf Coaching

Profitieren Sie vom ganzheitlichen Body & Mind Coaching aus dem Profisport, der Erfahrung der **European Tour Proette Nadine Rass** und des **Callaway Fitting Experten Christoph Holzknicht**. Das Team golfnadine überzeugt durch simple Methoden, die Ihren Erfolg konstanter machen. Erfahren Sie das praktische „Caddy Coaching“ lochweise direkt am Platz und erleben Sie vereinfachtes Bewegungslernen durch körperliche und mentale Fitness. Rasche Umsetzung am Platz bereitet mehr Spass am Spiel auf den besten Golfplätzen mit top Conditions.

„Denken und sehen kann der Kopf - fühlen soll es der Körper, damit er es am Golfplatz optimal umsetzt...“

ab € 2.340,- p.P. mit 7 Nächten im 5* Hotel Camiral

Leistungen:

- im Deluxe Room bei Doppelzimmerbelegung / € 550,- EZ Zuschlag
- Frühstücksbuffet + 3x Halbpension
- Flughafen & Golfplatz Transfer
- 5 Greenfees auf 2 Championip Golfplätzen + unlimited Rangeballs und ganztägiges Coaching WEEK Programm
- 2 Trainer mit je 4 TeilnehmerInnen / max. 8 Reisende
- Zimmer Upgrade, Leihschläger und Trolley / Golf Cart auf Anfrage | Zielflughafen: Barcelona



Hier zur Anmeldung | office@golfnadine.com | www.golfnadine.com | +43 650 5951 430

Anmeldeschluss: 15.04.2020