

PLAYPILATES PRESENTA:

the

BOOT CAMP

2015

“La mejor forma de hacer deporte en la naturaleza”



¿DÓNDE?

CONVENTO RURAL

“SANTA MARIA DE LA SIERRA”
CAZORLA

WWW.CRSANTAMARIA.COM

En el corazón natural de la Sierra de Cazorla, ubicado en una finca de 29 hectáreas rodeado de naturales, ofrece un auténtico y sugerente emplazamiento para nuestro Boot Camp.

Lo que antes fuera un convento de monjas se ha restaurado convirtiéndose en el hotel rural mejor valorado del parque de Cazorla combinando a las mil maravillas el confort de sus instalaciones con una decoración acorde con sus orígenes.

Además dispone de una carpa con césped artificial para realizar todas nuestras actividades.



¡El BOOT CAMP es una experiencia única que debes vivir una vez en tu vida!

La experiencia de vivir un BOOT CAMP ya está muy extendida por EEUU y es ahora cuando se empieza a realizar por Europa. Queremos que vivas en un fin de semana toda una serie de emociones que te unan al entrenamiento físico (te pondremos en forma!), a la naturaleza (orientación y senderismo), a valores como el trabajo en equipo, la convivencia, la superación y el esfuerzo.

¡RESERVA YA TU PLAZA!

VIERNES 15 MAYO

Acomodación en la habitación, Sesión física de bienvenida, Cena en grupo, y Juegos de convivencia

SABADO 16 MAYO

Sesión mañana, Desayuno, Senderismo, Paseo a caballo, Sesión estiramientos, Cena y Fiesta de disfraces.

DOMINGO 17 MAYO

Desayuno, Carrera ETERNAL RUNNING, Vuelta para Jaén.





SACA LO MEJOR DE TI MISMO

¡Apto para todo el mundo: niños, jóvenes y adultos! Te ponemos el reto y te motivamos a conseguirlo. Vive esta experiencia única!!



DEPORTE, MOTIVACION Y DISCIPLINA

Una cosa es segura: en los Boot Camp no hay tregua! Realizareis entrenamientos que incluyen ejercicios de fuerza, resistencia y flexibilidad. La estrategia será clave para obtener la victoria. Todo controlado y dirigido por instructores que alentaran y animaran a su particular tropa!

MENS SANA IN CORPORE SANO

A pesar de los beneficios puramente físicos, el Boot Camp también influye de manera positiva en el plano psicológico del grupo, ya que fomenta el espíritu de superación, la perseverancia para vencer los obstáculos y así llegar lo mas lejos posible.

CAZORLA: NATURALEZA EN ESTADO PURO

Entre las actividades que realizaremos en el medio natural se encuentran: Senderismo Rio Borosa, observación de Jabalíes por la noche, Paseo a caballo por el Guadalquivir.

Y COMO COLOFON: LA ETERNAL RUNNING...¿ERES INVENCIBLE?

El domingo para despedir el gran fin de semana acudiremos a la carrera Eternal Running. Tu eliges si correr o animar a los que participemos. Ante todo es una carrera muuuuy divertida con una serie de obstáculos como alpacas enormes de paja, contenedores de agua, toboganes, arrastre militar debajo de alambrada, piscinas de fango, etc... ¿TE ATREVES?





ALOJAMIENTO: ¡ESCOGE TU MEJOR OPCION!

TARIFAS:

INDIVIDUAL: 110 EUR

PAREJA: 220 EUR

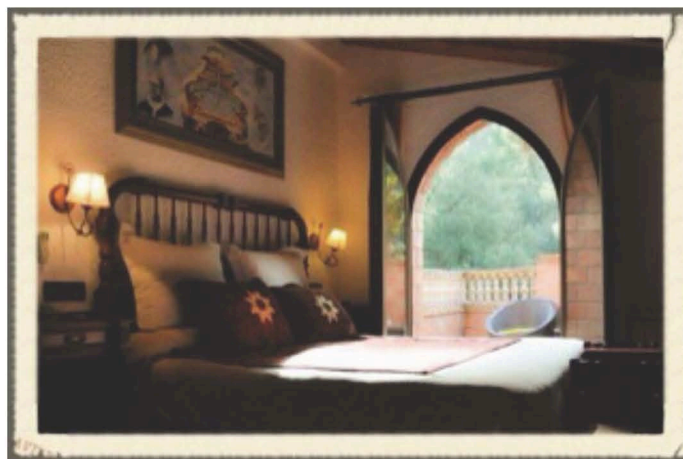
PAREJA + 1 NIÑO: 277 EUR

PAREJA + 2 NIÑOS: 334 EUR

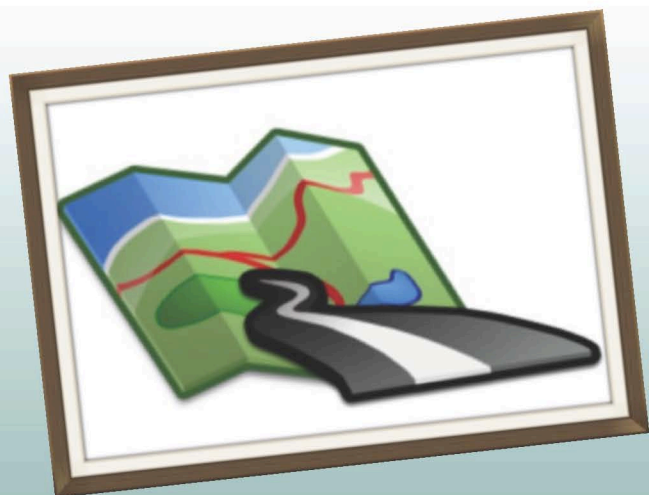
PAREJA + 3 NIÑOS: 391 EUR

*****INCLUYE:** 2 noches de hotel +
desayunos + cenas + alquiler de las
instalaciones + actividades programadas +
material para las actividades + monitores.

*****NO INCLUYE:** desplazamientos, almuerzo, ruta a caballo, ni inscripción carrera Eternal
Running.



¡¡¡PRECIO REBAJADO SI TE APUNTAS ANTES DEL 22 DE ABRIL!!!
10 % descuento / persona



COMO LLEGAR

CTRA. DEL TRANCO KM. 39.800 A-319 (desvío al
Chaparral). ARROYO FRIO. LA IRUELA. 23478
SIERRA DE CAZORLA. JAEN

TELEFONO ORGANIZACION BOOTCAMP:
677246417

TELEFONOS HOTEL: 953124070 / 630346600

FICHA DE INSCRIPCION

NOMBRE 1:

EDAD:

DNI:

NOMBRE 2:

EDAD:

DNI:

NOMBRE 3:

EDAD:

DNI:

NOMBRE 4:

EDAD:

DNI:

NOMBRE 5:

EDAD:

DNI:

¿ALGUNA LIMITACION PARA LA PRACTICA DEPORTIVA?

¿ALERGIA A ALGUN ALIMENTO?

HORA PREVISTA DE LLEGADA AL HOTEL:

¿CUANTOS ASISTIREIS A LA CARRERA "ETERNAL RUNNING"?

¿QUIENES?

¿ALGUNA PREFERENCIA DE ALOJAMIENTO? SUBRAYA LA QUE MAS TE INTERESE:

CONVENTO

ERMITA

CASA NIDO