

# HERMELINEN

*för ett hållbart liv*



**Äntligen får vi ses igen och träna tillsammans!**

**Roliga träningspass, sol, bad och avslappning!**

**Resan för dig som vill njuta av ett 5-stjärnigt hotell, sol och bad samt god mat kombinerat med massor av härliga träningspass som passar alla oavsett tidigare erfarenhet.**

**Välkommen att följa med till Rhodos den 15 September 2022**

### **Ett brett utbud av aktiviteter.**

Hermelinens erfarna instruktörer tar hand om dig och erbjuder flera olika former av aktiviteter.

Du väljer hur mycket och vad du vill delta på under veckans gång, vi tar såklart välbehövad siesta då solen är som starkast och skönt strandhäng lockar.

Hitta din inre rytm och känn rörelseglädje med dansinspirerade pass och gympa, träna styrkan med core och cirkelträning. Starta upp eller avrunda dagen med något av de mer mjukgörande passen som rörelseträning och harmoni.

Njut av morgonens ljuva stund med en promenad eller lättare joggingtur.

Bestäm själv hur mycket du vill träna, sola och bada – en perfekt kombination av solsemester och uppstart för hälsan inför fortsatta hösten.

**Hotellet Akti Imperial** ligger verkligen perfekt, nära stranden och med vacker utsikt över havet.

Ett brett All Inclusive-program ingår dygnet runt och det finns flera olika restauranger och barer som serverar buffeér.

Du bor i ljusa och moderna rum. Akti Imperial erbjuder närhet till både Ixia och pulserande Rhodos stad - perfekt för utflykter.

Detta hotell är ett av Nazars härliga kvalitetshotell där du får mycket för pengarna och därmed en del av deras Holiday Collection.

**Inkluderas:**

- Direktflyg t/r Luleå – Rhodos 15 Sep 2022
  - Måltid på flyget
  - Hotelltransfer
  - En veckas All Inclusive-boende på Akti Imperial
  - Samtliga träningspass
  - Nazars reseledarservice
- Minimum antal: 20 deltagare för att resan ska arrangeras

**Pris:**

Del i dubbelrum med landutsikt 14 499 kr

Del i dubbelrum Seaside 14 799 kr

Singelrum landutsikt 19 699 kr

Anmäl dig via länken nedan:

<https://www.cognitoforms.com/NazarNordicAB/Tr%C3%A4ningsresaSE>.

Kontakta Nazar för vidare information om bokningsregler.

Hermelinen återkommer närmare med information om träningsupplägget.

Vi hoppas verkligen att vi ska få starta i gång hösten på bästa sätt och att vi får göra det med dig!

/Instruktörerna på Hermelinen