



## RUN<sup>3</sup> RUNNING CAMP 2016 in Andalusien & Mallorca



Startet mit Carsten Eich und seinem Expertenteam ins Laufjahr 2016 und genießt bei den „RUN<sup>3</sup> Running Camps“ in Andalusien und auf Mallorca die ersten Sonnenstrahlen des neuen Jahres.

**Nun stehen die Termine unserer beliebten Running Camps im Frühjahr 2016 also fest:**

- Running Camp Andalusien, Hotel Iberostar Royal Andalus 26. Februar - 04. März 2016
- Running Camp Mallorca I, Hotel JS Alcudi Mar 06. März - 13. März 2016
- Running Camp Mallorca II, Hotel JS Alcudi Mar 13. März - 20. März 2016

Wie schon in den letzten Jahren bieten wir euch bei all unseren Running Camps wieder ein umfangreiches Programm, welches seinesgleichen sucht. Durch unsere zahlreichen Partner bleibt mit Sicherheit keine Frage rund ums Laufen unbeantwortet. So erfahrt ihr bei einer Dynamischen Laufanalyse direkt von ASICS Experten, welcher Laufschuh am besten zu euch passt. Mit einem Polar Experten könnt ihr in Workshops eure Trainingsdaten analysieren, welche ihr mit den Polar Testuhren aufgezeichnet habt. Unser Partner ultraSPORTS beantwortet euch garantiert jede Frage zur Ernährung für Sportler und ihr könnt die Produkte direkt vor Ort testen. Mit den Experten von Laufen.de & dem Finisher Club begleiten wir euch nicht nur vor Ort, sondern durch die gesamte Laufsaison 2016 und bieten euch zahlreiche Vorteile bei Wettkämpfen und Laufevents.

Natürlich werden wir auch wieder mindestens 6-8 Laufbetreuer pro Camp vor Ort haben, denn nur so kann eine Betreuung aller Leistungsklassen gewährleistet werden. Wir bieten euch also wie gewohnt wieder ein „Rundum sorglos Paket“ als perfekten Start in die Laufsaison 2016.

### Andalusien / Novo Sancti Petri / Hotel Iberostar Royal Andalus

Termin: 26.Februar - 04.März 2016

- Zahlreiche Run<sup>3</sup> Coaches
- Polar Testuhren inkl. GPS
- Dynamische Fußanalyse durch ASICS Experten
- ASICS Funktionsteilnehmershirt
- ultraSPORTS Starterpaket
- 1 Jahr Premium Mitglied im Finisher Club inkl. Funktionsshirt
- Jahres-Abo laufen.de - das Magazin
- Physiotherapeutische Behandlungen (gegen Gebühr)
- Freitag als An/Abreisetag
- Programm Samstag bis Donnerstag
- Individuelle Verlängerung jederzeit möglich

Buchbar in jedem Neckermann Reisebüro an Hand der Ausschreibung im Neckermann Sports Katalog Winter 2015/16.

Buchungsinformationen einfach per Mail anfordern unter:

[laufen@neckermann-reisen.info](mailto:laufen@neckermann-reisen.info)

**Nur buchbar mit Hotel Iberostar Royal Andalus**

### Mallorca / Alcudia / Hotel JS Alcudi Mar

I. Termin: 06. - 13. März 2016 oder

II. Termin: 13. - 20. März 2016

- Zahlreiche Run<sup>3</sup> Coaches
- Polar Testuhren inkl. GPS
- Dynamische Fußanalyse durch ASICS Experten
- ASICS Funktionsteilnehmershirt
- ultraSPORTS Starterpaket
- 1 Jahr Premium Mitglied im Finisher Club inkl. Funktionsshirt
- Jahres-Abo Laufen.de - das Magazin
- Physiotherapeutische Behandlungen (gegen Gebühr)
- Sonntag als An/Abreisetag
- Programm Montag bis Samstag
- Individuelle Verlängerung jederzeit möglich

Buchbar in jedem Neckermann Reisebüro an Hand der Ausschreibung im Neckermann Sports Katalog Winter 2015/16.

Buchungsinformationen einfach per Mail anfordern unter:

[laufen@neckermann-reisen.info](mailto:laufen@neckermann-reisen.info)

**Nur buchbar mit Hotel JS Alcudi Mar**

Jetzt buchen, im letzten Jahr waren die Angebote der Running Camps frühzeitig ausgebucht.

## RUNNING WEEKEND Palma de Mallorca Marathon 2015



Erlebt mit Carsten Eich und den Experten von Laufen.de & Finisher Club den perfekten Abschluss der Laufsaison 2015. Im Mittelpunkt des professionellen Laufwochenendes auf Mallorca steht die Teilnahme am Palma de Mallorca Marathon am 18. Oktober 2015

Hier kann sich jeder Teilnehmer zwischen den Distanzen 10km, Halbmarathon und Marathon entscheiden. Ziel dieser Reise vom 15.-19. Oktober 2015 ist das Hotel Iberostar Royal Cristina an der Playa de Palma, welches alle Annehmlichkeiten eines Vier-Sterne-Hotels bietet und seit Mai 2015 nach umfangreichen Renovierungsmaßnahmen in neuem Glanz erstrahlt.

**Unser Programm kann sich sehen lassen!** Durch die Unterstützung unserer Partner Laufen.de, Finisher Club Polar und ultraSPORTS werden wir wie gewohnt ein buntes Programm aus Theorie und Praxis anbieten. So werden auf Mallorca die neuesten Testmodelle von Polar zur Verfügung stehen und in einem Workshop werden wir euch zeigen, wie einfach ihr mit Polar Flow euer Training planen, steuern und auswerten könnt. Neben einem Vortrag von Carsten Eich zum Thema „Von Profis lernen - optimale Wettkampfvorbereitung“ stellt der **Sporternährungsvortrag von Dr. Feil** nach seinem Bestsellerbuch „Die F-AS-T Formel - was erfolgreiche Sportler anders machen“ ein Highlight dar.

**Jeder Teilnehmer erhält ein Finisher Club Funktionsshirt, ein ultraSPORTS Marathonpaket sowie als Premium Mitglied des Finisher Clubs ein Jahres-Abo des Magazins Laufen.de**

### Palma de Mallorca / Hotel Iberostar Royal Cristina

Termin: 15. - 19. Oktober 2015

- Donnerstag Anreise von zahlreichen deutschen Flughäfen
- Donnerstagabend Infoveranstaltung
- Programm Freitag bis Montagvormittag
- Vorträge von Carsten Eich & Dr. Wolfgang Feil
- Testmöglichkeit Polar Pulsuhren inkl. Workshop durch Polarexperten
- Wettkampfdistanzen frei wählbar (10km, Halbmarathon, Marathon)
- Finisher Club Funktionsshirt
- Premium Mitgliedschaft Finisher Club (1 Jahr) inkl. Laufen.de - das Magazin
- ultraSports Marathonpaket
- **Buchungscode: P RUNCE A-D (je nach Wettkampfdistanz)**

Buchbar in jedem Neckermann Reisebüro, Abruf Buchungsinformationen per Mail an: [laufen@neckermann-reisen.info](mailto:laufen@neckermann-reisen.info) oder [mail@carsten-eich.de](mailto:mail@carsten-eich.de)

**Nur buchbar über Neckermann Reisen und mit Hotel Iberostar Royal Cristina**

## ASICS Laufwoche im Aldiana Fuerteventura 2016



Genießt mit Carsten Eich & seinem Team die ersten Sonnenstrahlen des neuen Jahres bei unserer ASICS Laufwoche im Aldiana Fuerteventura

Vom 01.-05. Februar 2016 bieten wir euch wie in den letzten Jahren wieder unser sehr beliebtes Laufevent auf den Kanarischen Inseln. Der Aldiana Fuerteventura ist eine der schönsten Anlagen seiner Art und bietet mit der Vegetation seines Gartens einen besonderen Platz zum verweilen. Der Blick übers Meer lässt die Seele baumeln und jede einzelne Stunde im Club bietet Urlaub auf höchstem Niveau ganz nach dem Aldiana Motto „Urlaub unter Freunden“.

Unser Programm der Laufwoche fügt sich ideal in eure wohlverdiente Erholung und gibt euch das gute Gefühl einer sportlichen Betätigung unter Gleichgesinnten. Neben zahlreichen Praxisseinheiten bieten wir euch auch jede Menge Vorträge oder Workshops rund ums Laufen, so dass jeder Teilnehmer seinen ganz persönlichen Wochenablauf zusammenstellen kann. Jeder Teilnehmer erhält ein ASICS Funktionsteilnehmershirt und kann die modernsten Polar Herzfrequenzuhren testen. **Wir zeigen euch wie der Spaß garantiert nicht auf der Laufstrecke bleibt und das Laufen auch für euch ein optimaler Ausgleich im Alltag ist.**

**Unsere ASICS Laufwoche im Aldiana Fuerteventura findet vom 01.-05. Februar 2016 statt und ist in jedem Reisebüro mit Aldiana Lizenz sowie unter [www.aldiana.de](http://www.aldiana.de) buchbar. Die ASICS Laufwoche kostet 149€ und sollte direkt zu euer Reise dazu gebucht werden.**

### Carsten Eich im WEB & auf Facebook

Aktuelle News und Profitipps von Carsten Eich und RUN<sup>3</sup>Konzept gibt es natürlich auch auf unserer Homepage unter [www.carsten-eich.de](http://www.carsten-eich.de) oder [www.run3konzept.de](http://www.run3konzept.de); schaut doch einfach mal vorbei.

Aktuelle Infos bekommt ihr jederzeit über Facebook, einfach QR Code scannen und eine Freundschaftsanfrage starten, ich freue mich auf eure Kontaktaufnahme unter <https://www.facebook.com/carsten.eich.3>

