



## **Aktiv in die Osterzeit starten RUNNING Company lädt ins Toskana Laufcamp vom 31. März bis zum 21. April 2012**

Von *RUNNING Company*

Erstellt am 30 Jan 2012 - 13:26

Aktiv in die Osterzeit starten

RUNNING Company lädt ins Toskana Laufcamp vom 31. März bis zum 21. April 2012

Während sich in Deutschland das wechselhafte Aprilwetter ankündigt, hat die RUNNING Company, Anbieter für professionelles Lauftraining aus München, die optimale Lösung für einen sonnigen Aktivurlaub – das Toskana Laufcamp 2012. Teilnehmen kann man vom 31. März bis zum 08. April, 08. April bis zum 15. April oder vom 15. April bis zum 21. April und selbstverständlich auch für zwei oder drei Wochen.

Bereits zum vierten Mal sind Läufer ALLER Leistungsklassen (vom Einsteiger bis zum ambitionierten Marathonläufer) herzlich eingeladen, unter der Leitung von Bianca Meyer ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm zu genießen. „Man muss kein Profi sein, um mit uns ins Laufcamp zu kommen. Wir bieten jedem einen unvergesslichen Aufenthalt, der die Leidenschaft des Laufens mit uns teilt. Das Training wird an die individuellen Bedürfnisse der Athleten angepasst.“, so ihr Anspruch.

Das Repertoire der Vierten der Deutschen Marathonmeisterschaften ist vielfältig und reicht von Dauerläufen im Pinienwald über laufspezifisches Stabilisationstraining, Gymnastik- und Koordinationseinheiten bis hin zur individuellen Video-Laufstilanalyse. Zweimal täglich wird trainiert und so ist genügend Zeit, um sich Tipps von Bianca Meyer abzuholen. „Wir wollen die Athleten fordern, Ihnen aber auch ein Urlaubsfeeling vermitteln. Was kann es schöneres geben, als die Osterzeit aktiv einzuläuten und das auch noch am Strand?“

Auch für die Begleitung ist gesorgt. „Für Teilnehmer, die ihre Partner oder gar Familie mitbringen, bieten Strandspaziergänge, Mountainbike Touren, Wanderungen oder kunstgeschichtliches und historisches Sightseeing die Möglichkeit, die Toskana zu erkunden.“, so die Organisatorin. „So bieten wir auch in diesem Jahr wieder ein Nicht-Läufer-Paket an.“

Als Unterkunft stehen der Gruppe moderne Bungalows (2er-4er Belegung) in der Ferienanlage Cecina Mare, nur wenige Gehminuten vom Strand entfernt, zu Verfügung. Die Bungalows sind modern ausgestattet und in der Anlage befinden sich weitere Möglichkeiten für sportliche Aktivitäten, wie Tischtennis, Tennis und Fußball, aber auch ein Fitnessstudio sowie ein 25m-Pool und eine Sauna (gegen Gebühr).

Weitere Infos zum RUNNING Company Toskana Laufcamp gibt es hier: <http://www.runningcompany.de/Laufcamp-Toskana.html> [1]

RUNNING Company – Start running and never stop!

Die RUNNING Company ist der führende Anbieter für professionelles Lauf- und Fitness-Training in München. Gegründet wurde das Unternehmen 2008 von der erfolgreichen Läuferin Bianca Meyer.

Angeboten wird Lauftraining in der Gruppe oder als Personal Training, maßgeschneiderte Firmenfitness, individuelles Trainingsplan-Coaching, Diät-Coaching, Video-Laufstilanalyse, Vorbereitung auf den Marathon und Laufcamps an wunderschönen Orten. Für alle, die noch nicht laufen, ist der START Running Einsteigerlaufkurs genau das Richtige.



Alle RUNNING Company Trainer verfügen über viele Jahre Lauferfahrung aus erster Hand. Zum Trainer-Team zählen Diplom Sportwissenschaftler, eine Ärztin sowie die amtierende Vize-Europameisterin AK über 10.000 m.

RUNNING Company

Bianca Höft

Kidlerstraße 22

81371 München

Tel (089) 28 97 35 40

Fax (03212) 108 62 71

[Bianca.Hoeft@runningcompany.de](mailto:Bianca.Hoeft@runningcompany.de) [2]

[www.runningcompany.de](http://www.runningcompany.de) [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 01:12):** <http://medkom24.eu/node/15716>

**Links:**

[1] <http://www.runningcompany.de/Laufcamp-Toskana.html>

[2] <mailto:Bianca.Hoeft@runningcompany.de>

[3] <http://www.runningcompany.de>