

SÜDAFRIKA RENNRAD TOUREN

RENNRAD TRAININGSLAGER MIT RADPROFI DAVID KOPP

14 Tage

Starten Sie in Ihre Saisonvorbereitungen mit dem deutschen Radprofi David Kopp vom schwedischen Team Cycle Collstrop. David war Profifahrer für die Teams Telekom, Gerolsteiner und Wiesenhof.



Die Region am Kap der guten Hoffnung bietet dem ambitionierten Biker eine große Auswahl an traumhaften Touren und ideale Trainingsbedingungen. In Südafrika gibt es spektakuläre Großlandschaften, eine faszinierende Tierwelt und eine raffinierte Küche mit einem hervorragenden Weinsortiment. Aus afrikanischen, europäischen und asiatischen Einflüssen ist in der Kapregion eine, auf der Welt einzigartige und facettenreiche Mischkultur entstanden. Das am besten ausgebaute Strassen- und Wegenetz auf dem afrikanischen Kontinent ist für Mountainbiker und Rennradfahrer ein wahres Eldorado.

Rennradprofi David Kopp führt Sie durch die Western Cape Region und gibt Ihnen die ultimativen Tipps in Sachen Biketechnik und Renntaktik.

Die Tagesetappen gehen über eine Distanz von ca. 120 Km und liegen in der Regel über einem 28er Stundenmittel. Sie sollten daher über eine sehr gute Kondition verfügen, und mindestens 7000 Trainingskilometer im Jahr zurücklegen.

Am Abend können Sie sich bei einem guten Glas südafrikanischen Wein noch die wichtigsten Ernährungstipps von David geben lassen. Optional bieten wir nach den Tagesetappen Massagen zur Regeneration an. Sie haben außerdem die Möglichkeit an einem Fitness-Test, unter der Leitung des sportwissenschaftlichen Instituts der Universität Stellenbosch, teilzunehmen.

Termin	Preise DZ		EZ Zuschlag	Teilnehmer
11.11.- 24.11.08	2099 Euro	ausgebucht	auf Anfrage	2-13 Pers

Im Preis inbegriffen:

- Flughafentransfer bei Gruppenbuchung (Einzeltransfer gegen Aufpreis)
- Alle notwendigen Transporte/Transfers bei den Tagesetappen
- Alle Eintritte in die Nationalparks
- 13 Übernachtung mit Frühstück im Doppelzimmer (3 und 4 Sterne Boutique-hotels oder Guesthouses)
- 5 Abendessen, 1 Picknick als Mittagessen
- Reiseleitung durch Rennradprofi David Kopp
- Begleitfahrzeug & Gepäcktransport
- Isotonische Getränke und Früchte unterwegs
- Früchte während der Busfahrten
- Reisesicherungsschein nach §651 - Ihr Geld ist bei uns sicher!

Der Preis beinhaltet nicht:

Flug ab / bis Kapstadt, Biketransport auf den Flügen, nicht aufgeführte Mahlzeiten und alle Getränke, Trinkgelder, persönliche Ausgaben, optional verfügbare Dienstleistungen vor Ort, Leihbike.

Programmänderungen sind vorbehalten, alle Angaben ohne Gewähr.

Noch keine Lust nach Hause zu fliegen? Wie wäre es dann zum Beispiel mit einer Safari im Krügnationalpark im Anschluss an diese Tour?
Gerne buchen wir für Sie Ihr individuelles Verlängerungsprogramm hinzu. Bitte sprechen Sie uns an.



Deutsche Staatsbürger benötigen zur Einreise nach Südafrika einen Reisepass mit einer Gültigkeit von mindestens dreißig Tagen über die Ausreise hinaus und mindestens zwei freien Seiten für Sichtvermerke sowie ein Rückflugticket.

Für die Einhaltung von Pass-, Visa-, Impf- und Zollvorschriften ist der Kunde selbst verantwortlich.