

FIGHTINGSPIRIT & FRIENDS – BOOTCAMP CAMP JÄRVSÖ

TRÄNING OCH AKTIVITETER

TORSDAG 29/6

15:00 INCHECK & VÄLKOMNA
16:00 KAFFE, KAKA & KETTLEBELLS
17:15 SOMA MOVE

FREDAG 30/6

07:15 BOOTCAMP UTE
10:00 LÖPSKOLNING
11:15 BOXNING
12:15 LUNCH "BOXING & BANGERS"
15:00 TERRÄNGLÖPNING
16:15 HIPHOP YOGA

LÖRDAG 1/7

09:00-11:45 UTFLYKT TILL LIGHTVALLEYBOX med
Workshop & Teamwod
15:00 MÄSTARBANAN med The Cajdert's
16:15 GIN & TONIC-YOGA

SÖNDAG 2/7

07:30 BOOTCAMP UTE
10:30 JÄRVSÖ BONANZA, Teamträning med extra
allt!
12:00 UTCHECKN & LUNCH

Ändringar i schemat kan förekomma.

DETTA INGÅR I PAKETET:

- LOGI (pris varierar beroende på val)
- 3 FRUKOSTAR (fredag, lördag, söndag)
- 3 MIDDAGAR (torsdag, fredag, lördag)
- 3 LUNCHER (fredag, lördag, söndag)
- 1 UTFLYKT TILL LIGHTVALLEYBOX i Ljusdal med WS och Team wod
- ALL TRÄNING & AKTIVITETER ENLIGT PROGRAM MED FIGHTINGSPIRIT
- TRANSPORT till och från Järvsö station om du kommer med tåg

NÄR NI BOR HOS OSS INGÅR ANLÄGGNINGENS ALLA FACILITETER:

- TOPPMODERNT GYM
- AKTIVITETSRUM m pingisbord, sällskapsspel mm för samvaro
- FULLTRUSTAD GYMNASIKSAL
- OUTDOOR ARENA
- MÄSTARBANAN
- ELLJUSSPÅR

ÖVRIGT ATT ROA SIG MED:

- KAJAK/SUP/ROddbÅT
- 3-D PILBÅGE
- ORIENTERING
- BOULDERING
- BINGO
- BOULE
- Och mycket mer.

För mer information, priser samt bokningar ber vi dig kontakta receptionen.



CAMP JÄRVSÖ