

Inbjudan till träningsläger i friidrott

Albufeira, Portugal

2 - 9 juni 2012



Albufeira är en stad i västra delen av Algarve i södra Portugal.

Staden har cirka 13 600 invånare, och är huvudorten i Albufeiras kommun med ungefär 37 200 invånare. Albufeira är en viktig turistort vid Portugals sydkust (Algarvekusten).

Den gamla stadskärnan med sina smala gränder har numera ett intensivt kvällsliv.

Överallt finns barer, restauranter och uteserveringar.

Direkt intill ligger stranden gyllengul, avbruten här och där av vackra klippor.

Fiskarna drar på gammaldags vis upp sina färggranna båtar på stranden mitt i stan.

Bara några mil ifrån Portugals soliga sydkust finns genuina bergstrakter. Högsta toppen (Fóia), snuddar nästan på tusen meter och ger dig milsvida vyer.

Aqualand, Portugals största vattenland finns här, beläget i

Alcantarilha. Den lilla fiskebyn Sagres är en annan höjdare. Belägen på den sydvästra udden av Portugal står den på de vindsvepta klipporna och blickar ut över havet.

Härifrån är det inte långt till Cabo de São Vicente, längre än så i sydvästlig riktning kommer man inte i Europa.

Vi bor och tränar vid Hotel Alfamar

Albufeira

www.alfamar.pt

Detta 4-stjärniga hotell har ett bra läge vid sandstranden Praia da Falésia. Den har en stor spaanläggning och en utomhuspool.

De luftkonditionerade rummen har balkong. I vissa rum har gästerna vacker utsikt över Atlanten från sin balkong. Alla rum inkluderar satellit-TV och en spänningsadapter.

Rumsservice finns tillgängligt hela dagen.

Hotellets lyxiga spa-faciliteter inkluderar bastu, massagebehandlingar och jacuzzi samt ett gym och en inomhuspool.

ALFAMAR största restaurang, Boavista, erbjuder internationell mat och traditionella portugisiska rätter.

Alfamar Beach och Sport Resort är så mycket mer än bara en vanlig turistplats, det är allmänt erkänt som en av de bästa och mest kompletta sportanläggningarna i Algarve, och även den som ligger närmaste flygplatsen i Faro.

Denna stora sportanläggning är en av de bästa i Algarve och är beläget i en unik naturskön miljö, omgiven av pinjetråd på ena sidan och av Falésia stranden på andra sidan.

Här kommer du att kunna njuta av 15 olika tennisbanor, multi-use löparbana, fotbollplaner, ett gym och hälsoklubb, volleyboll och handbollplaner.

Kostnad: 10 500kr per person

IG elever betalar ett reducerat pris: **3000kr**

Gamla elever betalar fullt pris: **10 500kr**

Vi skickar ut faktura, ange fakturaadress vid anmälan

I priset ingår

Transfer T&R från Bollnäs

Flygresa Stockholm-Faro tur/retur med Norwegian

Helpension Hotel Alfamar inkl vatten, boende i dubbel eller trippelrum

Träning alla dagarna

Träning erbjuds fullt ut på hemmaplan under lägret för de som ej åker med

Anmälan som är bindande görs till Magnus Olsson, 073-274 20 14 eller magnus.olsson@bollnas.se .

Först till kvarn gäller, endast 20 platser.

På plats finns även friidrottslandslaget klass U och finputsar formen inför EM i Gävle 12-18 juni. Några IG elever kommer ev. bli uttagna till landslaget och de ingår då i landslagstruppen.

Frågor eller funderingar: tveka inte att kontakta

Magnus Olsson: 073-274 20 14