

# CLINIC TRIATLÓN LAS CALDAS

29 marzo -1 abril 2018

**Campus de triatlón** dirigido a todos los que quieran disfrutar de **4 jornadas** intensas de entrenamientos, charlas y circuitos termales en el mejor balneario de España y en los entornos de **Asturias "Paraiso Natural"**.

Mejora tu técnica en triatlón y descansa en un **alojamiento VIP en plena naturaleza**. Siéntete como un profesional con las mejores instalaciones.

## Dirigido por Ruth Gómez:



- Licenciada Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- Entrenador Superior Triatlón
- Entrenador Superior Triatlón larga distancia
- Entrenador Superior de Natación
- Triatleta de larga distancia
- Entrenadora de numerosos clubes de escuelas de triatlón
- Directora proyecto [www.tracksnavacerrada.com](http://www.tracksnavacerrada.com)

## PROGRAMA

### Día 1

Llegada y bienvenida

Almuerzo

Sesión tarde:

- Salida carretera 2h.
- Centro Ecotermal Aquaxana

### Día 2

Desayuno Buffet

Sesión mañana:

- Salida grupo carretera 3-4h.

Sesión tarde:

- Sesión de natación
- Charla biomecánica
- Centro Ecotermal Aquaxana

### Día 3

Desayuno Buffet

Sesión mañana:

- Salida grupo carretera 3-4h.

Sesión tarde:

- Sesión de carrera a pie
- Charla mecánica
- Centro Ecotermal Aquaxana

### Día 4

Desayuno Buffet

Sesión mañana:

- Salida grupo carretera 2
- Práctica de transiciones

Comida y clausura

HABITACIÓN	Alojamiento y desayuno	Media pensión	Pensión completa
Doble	317,00 €	380,00 €	440,00 €
Triple	305,00 €	365,00 €	427,00 €
Individual	440,00 €	500,00 €	560,00 €

Precios por persona. IVA incluido.

## INCLUYE

- Alojamiento Hotel Enclave 4 \*
- Rutas guiadas desde Las Caldas
- Camiseta conmemorativa
- Circuitos termales en alojamiento VIP
- Lavado ropa ciclista todos los días
- Parking

- Acceso al Centro deportivo
- Cuarto guarda bicis y lavado.
- Opcional:
  - Alquiler bicicleta.
  - Servicio de fisioterapia, biomecánica, medico deportivo.
  - Test de Idoneidad: test postural + biomecánica+ prueba esfuerzo



LAS CALDAS CLINIC  
SPORT, HEALTH & WELLNESS



Confirmación de asistencia: [caldasclinic@lascalas.com](mailto:caldasclinic@lascalas.com)  
T. 985 79 87 80 · [www.lascalas.com](http://www.lascalas.com)