

ANNE HAUG

RUNNING CAMP

LANZAROTE

15. – 22. NOVEMBER 2026

📍 Costa Tegui

DAS BASIS CAMP

RUNNING CAMP

TRAINIEREN. LERNEN. BESSER WERDEN.

Eine Woche voller Laufen, Technik, Kraft und Wissen – für alle Leistungslevel.



Geführte Lafeinheiten in verschiedenen Leistungsgruppen (lockere Läufe, Technik, Bahntraining, langer Lauf)



Kraft- und Mobility-Einheiten



Workshops & praktisches Wissen (z. B. smarter trainieren, Pacing, Verletzungsprävention)



Q&A-Sessions mit Anne



Lanzarote entdecken – in einer inspirierenden Umgebung



Eine motivierende und familiäre Community

PREIS (inkl. Hotel & Halbpension)

Doppelzimmer
1.290 €
pro Person

Einzelzimmer
1.490 €
pro Person

OPTIONALES UPGRADE

PERFORMANCE UPGRADE

VERSTEHEN. ANALYSIEREN. FORTSCHRITT.

Ergänze deine Camp-Woche mit individueller Leistungsdiagnostik und Analyse und erhalte ein tieferes Verständnis für deine Physiologie und dein Training.



Individuelle Leistungsdiagnostik

Laktattest, VO₂max, Moxy (Muskelstoffwechsel)



Laufanalyse

Videoanalyse & Technik-Feedback



Deine individuellen Trainingsbereiche

LT1, LT2, Herzfrequenz- & Pace-Zonen



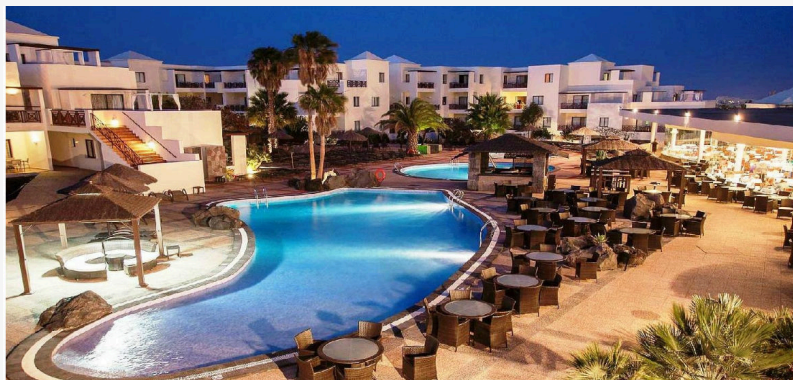
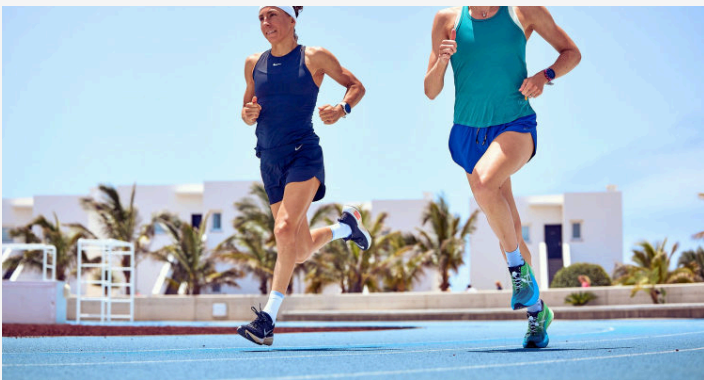
Persönliches Auswertungsgespräch

30 Min. 1:1 zur Besprechung deiner Ergebnisse und konkreten Trainingsempfehlungen

UPGRADE-PREIS (zusätzlich zum Camp-Package)

+ 500 €

Limitiert auf 6–8 Plätze für individuelle Betreuung.



INFORMATIONEN



HOTEL
Vitalclass ****
Costa Tegui – Lanzarote



VERPFLEGUNG
Halbpension PLUS
Gesunde und abwechslungsreiche Küche



DATUM
15. – 22. November 2026

[ALLE INFOS & BUCHUNG →](#)



ANNE HAUG
PERFORMANCE



OCEAN AND SPORTS