

ANNE HAUG

TRIATHLON CAMP

LANZAROTE

13. – 20. DEZEMBER 2026

📍 Costa Teguisse

DAS BASIS CAMP

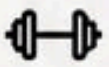
TRIATHLON CAMP

TRAINIEREN. LERNEN. BESSER WERDEN.

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



Geführte Trainingseinheiten in verschiedenen Leistungsgruppen (Schwimmen, Radfahren, Laufen)



Kraft- & Mobility-Einheiten



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



Q&A-Sessions mit Anne



Lanzarote entdecken – trainieren 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, Schwellen, Moxy (Muskelstoffwechsel)



Analyse aller drei Disziplinen

Videoanalyse & Technik-Feedback (Schwimmen, Radfahren, Laufen)



Deine individuellen Trainingsbereiche

Herzfrequenz-, Pace- und Watt-Zonen



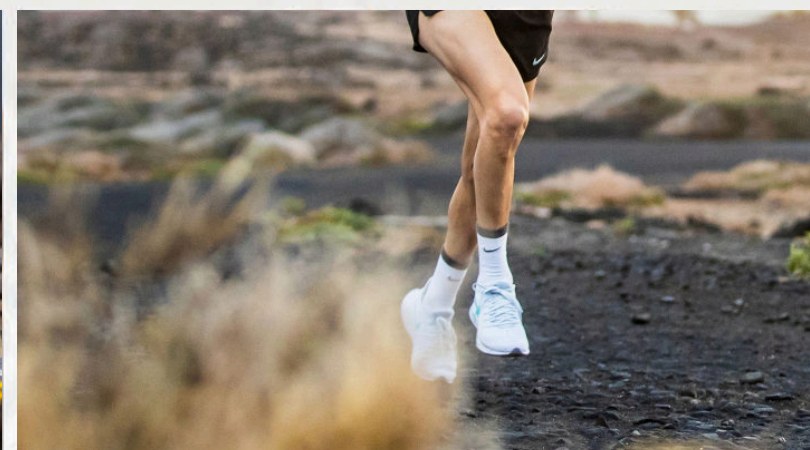
Persönliches Auswertungsgespräch

60 Min. 1:1 – deine Ergebnisse und konkrete Trainingsempfehlungen

UPGRADE-PREIS (zusätzlich zum Camp-Package)

+ € 500

Limitiert auf 6–8 Plätze für individuelle Betreuung.



INFORMATIONEN



HOTEL

Vitalclass ****

Costa Teguisse – Lanzarote



VERPFLEGUNG

Halbpension PLUS

Gesunde und abwechslungsreiche Küche



DATUM

13. – 20. Dezember 2026

[ALLE INFOS & BUCHUNG →](#)



ANNE HAUG
PERFORMANCE



OCEAN and SPORTS