



## TRÄNINGSPRESA 2025

Nästa års träningsresa går till Rhodos och Apollos Levante Beach by Playitas.

Levante Beach by Playitas är ett sporthotell med otaliga möjligheter till träning som, förutom löpning och cykling, erbjuder simning, gym, tennis, padel, beach volley, vattensport mm

Hotellet är beläget ca 30 min söder om Rhodos stad och är 4+ stjärnigt.

Se vidare <https://www.apollo.se/hotell/apollo-sports>

Resan nästa år är med avresa 4 maj kl 08.10, framme på Rhodos kl 13.00 och hemresa 11 maj kl 14.00 med landning på Landvetter kl 16.55

Vi har halvpension dvs frukost- och middagsbuffé. Hotellet har även en à la carte-restaurang för den som önskar något annat på middagstallriken

Priset för resan är 13.200 kr och avser del i dubbelrum. Om inte särskilt önskemål finns paras du ihop med någon löparkompis

Finns möjlighet till enkelrum i mån av plats. Enkelrumstillägg är 4.000 kr.

Notera att hotellskatt i Grekland tillkommer och betalas direkt till hotellet se nedan länk <https://www.apollo.se/grekland/hotellskatt-i-grekland>

I priset ingår också mat på flyget, transfer och bagage.

Vi betalar anmälningsavgiften på 2.500 kr till Ticket Gruppresor senast den 3 september.

Som vanligt är det först till kvarn som gäller. Antalet platser är begränsat till 50 personer.

Anmälan görs till [ordforande@sok-knallen.se](mailto:ordforande@sok-knallen.se)

**OBS !! Resmålet är mycket populärt. Apollo håller våra reserverade platser t.o.m. 240903, sedan släpps de för andra resenärer.**

**Därför en mycket kort anmälningstid, alltså senaste anmälningsdag 3 september**

Vid frågor, ring Lars 0709-664692

Som tidigare träningsresor kommer det att bli en blandning av löpning och cykling. Dagen startar upp med morgonjogg / promenad, därefter frukost. Eftermiddagen bjuder på intervallpass. De som cyklar åker iväg efter frukost. Några eftermiddagar kommer vi ha core-pass.

När eftermiddagspasset är avklarat kör vi igång afterrun/bike på hotellet. Tveka inte att följa med. Ett utmärkt sätt att få tillgång till en mängd olika träningsalternativ, semester, sol, bad, god mat och sist men inte minst att umgås med härliga knallar

Vi syns på Rhodos 2025

/ Lars

