

Priprave vrhunskih športnikov



Višinske priprave so že od nekdaj znane kot najbolj učinkovite, zlasti za vzdržljivostne športe, kot so: kolesarstvo, tek na smučeh, biatlon, triatlon, atletika, plavanje... Zaradi manjše procentualnosti kisika v zraku, se v organizmu avtomatsko pospešijo vsi procesi, kar pripelje do tega, da se naše telo okrepi in v končni fazi se s tem poveča naša učinkovitost.

Da so učinki višinskih priprav najbolj optimalni, pa je potrebno biti pazljiv na več faktorjev: od pravilne prehrane, prilagoditve višine vsakemu posamezniku, treninga,...

Z večletnimi izkušnjami, boste z napotki ekipe Vile Triglav, izboljšali sposobnost doseganja vaših rezultatov.

Paket vsebuje:

- nočitev z zajtrkom
- večerja
- uporaba hipoksične sobe
- brezžični internet
- pranje športnih oblačil

Oddaljenost športnih objektov:

- proge tek na smučeh(500 m)
- fitnes (3 km)
- biatlonski štadion (3 km)
- atletska steza (12 km)
- nogometno igrišče (12 km)
- hokejska dvorana (13 km)
- jezera Bled in Bohinj(15 km)
- olimpijski pokriti bazen (18 km)

Cenik