

MÅ BRA I KROATIEN

Upplev den kristallklara Makarska Rivieran, träningsglädje, utflykter i en rofylld miljö och stärkande gemenskap!



Gradac vid Makarska Rivieran

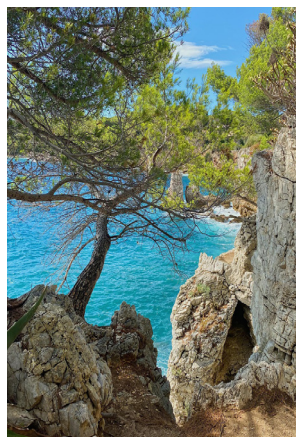
Välkommen på en resa full av gemenskap, glädje och välmående! Följ med oss på denna underbara Må bra - resa till Kroatien, där hälsa, träning och fantastiska naturupplevelser står i centrum.

Tillsammans med **Club Active** *beger vi oss till soliga Gradac* och bor på det charmiga Boutique Hotel Marco Polo, ett familjeägt hotell med perfekt strandnära läge. Hotellets svenska ägare, Stipe, ser personligen till att vi får en oförglömlig vistelse – det är en plats vi älskar och längtar tillbaka till.

Denna resa passar alla, oavsett träningsnivå! Vi fokuserar på välbefinnande och inspirerande upplevelser. Träningen varierar mellan styrka, kondition, rörlighet och andningsövningar. **Club Active tillsammans med Uteboost står för inspirerande pass med ett holistiskt synsätt på hälsa** och dagarna fylls med skratt, avkopplande andningsövningar och härlig gemenskap.

Utöver träning bjuder Kroatien på fantastiska utflykter och otrolig natur. Här väntar kristallklart Medelhavsvatten med soliga klapperstensstränder som bjuder in till både aktivitet och avkoppling. Gradac, beläget vid foten av det mäktiga Biokovoberget, är den perfekta platsen för balans mellan rörelse och vila. På denna resa får du uppleva en vandring i natursköna omgivningar, en minnesvärd båttur på det turkosa havet och smakrika provningar av lokalproducerad olivolja och kroatiska viner. Utflykterna, i kombination med den underbara miljön, skapar minnen som du kommer att bära med dig länge.

Följ med oss och upplev denna medelhavspärla på bästa sätt – en resa att minnas för livet!



CLUB ACTIVE

Träning & Livsstil

FAKTA OM RESAN

PRIS: 18 450 KR
RESLÄNGD: 8 DAGAR
AVRESA: 27 SEP 2025

I PRISET INGÅR

- Flyg Arlanda - Dubrovnik t/r
- Incheckat bagage på flyget
- Transfer flygplats - hotell t/r
- Del i dubbelrum på 4 stjärnigt hotell
- Halvpension med frukost & middag
- Välkomstdrink och lunch ankomstdag
- Flera träningspass enligt program
- Interaktiva workshops
- Vandring på Biokovoberget
- Båttutflykt till ön Hvar med bad, grilllunch och måltidsdryck
- Vinprovning med fem viner
- Olivoljeproving med tilltugg

TILLÄGG

Enkelrum pris 3500 kr
Begränsat antal enkelrum på hotellet.

FLYG MED NORWEGIAN

27/9: Arlanda - Dubrovnik 06:20-09:15
4/10: Dubrovnik - Arlanda 10:00-12:55

HOTELL

Boutique Hotel Marco Polo
www.hotel-marcopolo.com/en

Med reservation för ändringar utom vår kontroll.

ANMÄLAN

Anmäl dig via ett mejl till
info@inspirationsresor.se

Bara 2 platser kvar!
Denna är en gruppresa för 15-25 personer.

Anmälningsavgift (2500kr) betalas inom 10 dagar efter du erhållit bekräftelsen. Slutbetalning 40 dagar före avresa.

Resans arrangör är **Inspiration event & resor** som ställer lagstadgad resegaranti hos Kammarkollegiet samt är medlem i SRF – Svenska Resebranschförningen.



PROGRAM PÅ VÅR TRÄNINGSRESA

DAG 1: MOT KROATIEN

Vårt äventyr börjar tidigt på morgonen när vi tar flyget till Dubrovnik. Väl framme i Kroatien möts vi av en buss som tar oss längs den vackra kusten till staden Gradac och vårt charmiga hotell Marco Polo. Vi startar vistelsen lyxigt med en välkomstdrink och en härlig lunch, följt av en avkopplande promenad och ett rörlighetspass vid stranden. Kvällen avslutas med en gemensam middag på hotellet. (Välkomstdrink och lunch, Träningspass, Middag)

DAG 2: MÅ BRA

Efter en stärkande frukost deltar vi i en inspirerande workshop med Club Active. Dagen bjuder på ett uppfriskande morgonpass och ett fyspass på eftermiddagen. Resten av dagen har vi egen tid för att utforska hotellet, strosa runt i Gradac och njuta av den vackra omgivningen. Middagen avnjuts gemensamt på hotellet. (Frukost, Workshop, 2st Träningspass, Middag)

DAG 3: VANDRING

Idag är det dags för en spektakulär vandring. Vår lokala guide tar oss med på ett äventyr med vyer vi sent kommer att glömma. Vi vandrar upp i Biokovoberget, som ligger precis bakom hotellet, och njuter av fantastiska vyer under en lugn vandring på cirka 4-5 timmar. Under turen avnjuter vi vår medhavda picknicklunch. Efteråt återvänder vi till hotellet för ett mjukgörande rörlighetspass, ett uppfriskande dopp i havet, och avslutar dagen

med en middag på hotellet. (Frukost, Vandring med picknick, Träningspass, Middag)

DAG 4: UTFLYKT OLIVOLJA

Dagen börjar med ett morgonpass följt av en god frukost. Därefter ger vi oss ut på en utflykt med en trevlig promenad till en lokal olivoljeproducent. Där får vi delta i en olivoljeprovning med tilltugg och samtidigt lära oss mer om den kroatiska kulturen. Tillbaka på hotellet avrundar vi dagen med ett träningspass och en gemensam middag. (Frukost, Utflykt med olivoljeprovning med tilltugg, 2st Träningspass, Middag)

DAG 5: ÅTERHÄMTNING

Vi startar dagen med ett morgonpass och samlas sedan till frukost följt av en kreativ workshop med Club Active. Resten av dagen är fri för vila eller egna aktiviteter. På kvällen väntar en vinprovning och middag på hotellet. (Träningspass, Frukost, Workshop, Vinprovning med 5 viner, Middag)

DAG 6: BÅTUTFLYKT ÖN HVAR

En minnesvärd dag väntar! På förmiddagen kliver vi ombord på en båt som tar oss mot den vackra ön Hvar. Under resan passerar vi idylliska vikar och gör stopp för bad och snorkling i det kristallklara vattnet. Dessa vikar är avlägsna pärlor som endast kan nås från havet. Till lunch njuter vi av nygrillad fisk och skålar med ett glas lokalt vin. Utflykten bjuder på avslappning

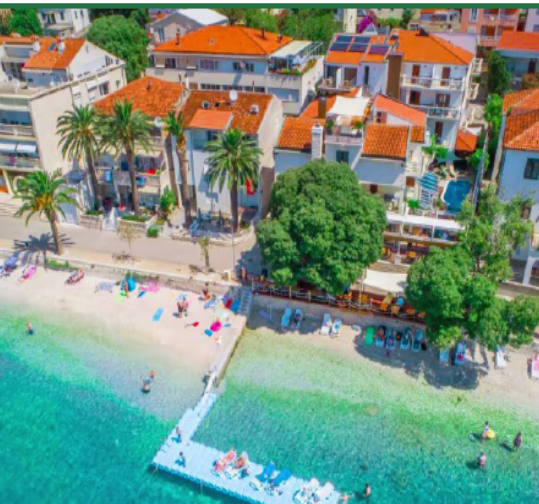
och natursköna upplevelser som förgyller dagen. När vi återvänder till hotellet på kvällen avrundar vi med en gemensam middag. (Frukost, Båtutflykt med lunch, Middag)

DAG 7: SISTA DAGEN

Vår sista dag i Gradac börjar med ett morgonpass, följt av en lekfull träning på eftermiddagen. På kvällen njuter vi av en avslutande middag med prisutdelning och skapar våra sista minnen tillsammans. (Frukost, 2st Träningspass, Middag)

DAG 8: HEMRESA

Tidigt på morgonen checkar vi ut från hotellet och får med oss en frukostpåse för resan. Bussen tar oss till flygplatsen, där vi säger hejdå till Kroatien med bagaget fullt av härliga minnen från vår träningsresa. (Frukost)



BOUTIQUE HOTEL MARCO POLO

Din pärla vid Makarska Rivieran! Upplev en familjär atmosfär på detta charmiga hotell, beläget precis vid den pittoreska stranden i Gradac. Hotellet erbjuder en avkopplande spaavdelning, en solterrass med fantastisk utsikt och ett brett utbud av gastronomiska upplevelser. Frukostbuffén serveras varje morgon och på kvällen njuter du av en serverad middag med säsongens färska råvaror. Ta ett dopp i det kristallklara havet, promenera längs stranden eller slappna av på hotellets terrass. Den svenska ägaren finns på plats och ser personligen till att ni blir väl omhändertagna under er vistelse.

