

Aktiv-Camp „Faszination Golf genießen“

07. bis 09. Mai 2027

Sie spielen Golf und möchten im Rahmen des Golf-Experience-Camps ein Wochenende auf einer der schönsten Golfanlagen des Landes verbringen?

In diesem Camp haben Sie die Möglichkeit, am Murhof zu spielen und gemeinsam mit einem Golf-Professional sowohl Ihr kurzes als auch langes Spiel zu verbessern. Zusätzlich tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes und verbringen Zeit mit Physiotherapeut und ehemaligem Profi-Golfer Gerold Folk.

Programm

- Körper-Check: Messung der Körperzusammensetzung (Bioelektrische Impedanz-Analyse)
- Golf Technik-Check und -Training mit einem Golf-Professional
- Golfspiel-Training mit einem Golf-Professional
- Fitness-Check bei Gerold Folk
- Fitness-Übungen und Golf Drills
- Theorievortrag

Zielgruppe

Aktive Golfspieler mit einem WHI von 36 oder besser

Seminarleitung

Gerold Folk, BSc.
Physiotherapeut

Im Preis enthaltene Leistungen

- 2 Nächtigungen
- reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Halbpension
- Greenfees während Ihres Aufenthalts
- Runde am Sonntag mit zweistündiger Betreuung durch den Golf-Professional
- Fitness-Check bei Gerold Folk
- Körper-Check (BIA-Messung)
- freier Eintritt in den SPA-Bereich und Badetasche mit Badetüchern, Pantoffeln und flauschigem Bademantel



gratis
BIA-Messung im
Wert von mind.
50 Euro
Messung der Körper-
zusammensetzung
(Muskel-, Fettmasse,
Wasser)

Murhof Hotel & Restaurant
Adriach-Rabenstein 53, 8130 Frohnleiten
murhof-hotel.at
+43 3126 3000 8823

Preis

570,00 € Paketpreis*
- 100,00 € Gesundheitshunderter

470,00 € investieren Sie in Ihre Gesundheit

* Pro Person im DZ, zzgl. 2,50 € Ortstaxe/Tag, EZ-Zuschlag: 70 € für den gesamten Aufenthalt im DZ zur Einzelnutzung, optional können vorab auch Massagen (gegen Aufpreis) geucht werden.
Leihgebühr: Normalerweise nehmen Golfspieler mit ihrer eigenen Golfausrüstung am Camp teil, andernfalls können Golfschläger kostenlos im Sekretariat ausgeborgt werden.

Nach Beendigung des Camps begleichen Sie bitte die Rechnung im Hotel. Bei Anspruch und Antrag auf einen SVS-Gesundheitshunderter erhalten Sie von der SVS 100 € auf Ihr Konto gutgeschrieben.
Stornobedingungen: Bis 14 Tage vor Anreise kostenlos stornierbar.
13 bis 7 Tage vor Anreise: 50 % des Paketpreises.
Ab 6 Tage vor Anreise bzw. bei Nichtanreise: 100 % des Paketpreises.

Teilnehmende sollten Folgendes zum Camp mitbringen

- Golfausrüstung, adäquate Golfbekleidung (Poloshirt mit Kragen, keine Jeans- oder Jogginghosen, optional: Kappe), Golfschuhe
- Sportbekleidung für Outdoor sowie Indoor inkl. Sportschuhe, Badebekleidung
- Freizeit- und Abendgarderobe

Programm

Freitag, 07. Mai 2027

13:45 Uhr	Begrüßung mit Erfrischungsgetränk
ab 14:00 Uhr	Check-in im Murhof Hotel & Restaurant möglich
14:30-16:30 Uhr	Langes Spiel – Golftraining mit dem Golf-Professional
16:30-19:00 Uhr	Freies Training auf der Driving Range bzw. Nutzung des Spa-Bereichs
19:30 Uhr	Abendessen

Samstag, 08. Mai 2027

ab 07:30 Uhr	Körper-Check: Messung der Körperzusammensetzung mittels Bioelektrischer Impedanz-Analyse (BIA)
anschließend	Frühstücksbuffet
09:00 Uhr	Besprechung der BIA-Ergebnisse und Vorstellung SVS-Angebote
10:00-11:00 Uhr	Vortrag: Golf & Gesundheit – die Vorteile des Golfsports für Körper und Geist
11:00-12:00 Uhr	Fitness-Check bei Gerold Folk
12:00-14:00 Uhr	Fitness-Übungen und Golf Drills
14:00-15:00 Uhr	Mittagspause
15:00-17:00 Uhr	Kurzes Spiel - Golf-Training mit dem Golf-Professional
17:00-19:00 Uhr	Möglichkeit zu einer 9-Loch-Runde am Murhof bzw. Nutzung des SPA-Bereichs
19:30 Uhr	Abendessen

Sonntag, 09. Mai 2027

ab 07:30 Uhr	Frühstücksbuffet
bis 11:00 Uhr	Check-out (Late Check-out gegen Aufpreis möglich)
09:30-13:30 Uhr	9- oder 18-Loch-Runde am Murhof – mit zweistündiger Betreuung durch den Golf-Professional
13:30-14:00 Uhr	Farewell Drink, Abschlussgespräch und Feedback (inkl. Ausfüllen der Online-Feedbackbögen)

Eventuelle Änderungen vorbehalten.