

# Kaderkurs C82 Handbike, Sardinien, 10.-24. April 2010

Horse Country Resort \*\*\*\*, Strada a Mare 24, Arborea (OR)

## Hotel, Horse Country Resort \*\*\*\*, Strada a Mare 24, Arborea (OR)

- Pauschal- Gruppenangebot mit Tagespauschale **60 Euro (statt 119 Euro)** pro Nacht und Person (Vollpension inkl. Getränke und Wein, bezieht sich auf Doppelbelegung in 3er Zimmer); der gegenüber 2009 leicht höhere Tarif (+ 10 Euro) ist u.a. mit dem Termin nach Ostern (Saison) zu erklären.
- Kinder bis 2 Jahre sind gratis, 2-12: 30% Rabatt, 12-18 10% Rabatt
- Zuschlag für 1er Belegung von 10 Euro pro Nacht, Ermässigung bei 3er (bei 3 Rollstuhlfahrern eher eng!) oder 4er Belegung (für Familien möglich)
- An- und Abreise an jedem Tag möglich
- **Um Anmeldung bei Christian Wenk bis Sonntag 7. März 2010 wird gebeten; spätere Anmeldungen sind zwar noch jederzeit zum speziellen Gruppentarif möglich, es besteht aber keine Garantie mehr für freie Zimmer**
- **Link 1:** [http://hotels.fti.de/Arborea/Horse\\_Country\\_Resort\\_Congress\\_und\\_Spa](http://hotels.fti.de/Arborea/Horse_Country_Resort_Congress_und_Spa)
- **Link 2:** [http://www.in-sardinia.com/hotel/hotel\\_ala\\_birdi\\_de.html](http://www.in-sardinia.com/hotel/hotel_ala_birdi_de.html)

**An- & Rückreise** wird von jedem Teilnehmer selbst organisiert & gebucht.

Fahrgemeinschaften empfohlen! Es bestehen folgende Möglichkeiten:

## Flug nach Cagliari, eher nicht empfohlen, weil

- Reisetage = verlorene Trainingstage
- Transfer Flughafen – Hotel ca. 85km (1h 30'), nicht organisiert
- Allenfalls empfohlen, falls Anreise ohne Bikes & in kleiner Gruppe (Inliner?)

## Fähre, für Handbiker & Rennsollstuhlfahrer dringend empfohlen, weil

- Mobilität vor Ort
- Günstige & bequeme Überfahrt über Nacht
- 2 gewonnene Trainingstage (An- & Abreisetag)
- Es bestehen folgende Möglichkeiten

**Bewährt! Genua – Porto Torres:** „Grandi Navi Veloci“:

Link: <http://www3.gnv.it/de/gnv-home/gnv-home/0/home/0/140/0/home-page.html>

Fähre ab Genua: Mo, Mi, Fr jeweils 20:00 Uhr; Fähre ab Porto Torres: Di, Do, Sa jeweils 20:00 Uhr

**Autofahrt: Nottwil – Genua: 400km; ca. 4 bis 4h30' Fahrzeit**

[http://maps.google.ch/maps?f=d&source=s\\_d&saddr=Nottwil&daddr=Genova+G%C3%A8nes,+Italia&hl=de&geocode=FaQ5zwd\\_y8ACKDOXwVceGPRzHRWK1GL3-A-w%3BFaZpQldZVkiAClpb64h5kPTEjG7Arq1xlP3aQ&mra=ls&sl=45.729191,8.701172&sspn=4.25606,9.854736&ie=UTF8&ll=45.767523,8.635254&spn=4.253141,9.854736&t=h&z=7&dirflg=d](http://maps.google.ch/maps?f=d&source=s_d&saddr=Nottwil&daddr=Genova+G%C3%A8nes,+Italia&hl=de&geocode=FaQ5zwd_y8ACKDOXwVceGPRzHRWK1GL3-A-w%3BFaZpQldZVkiAClpb64h5kPTEjG7Arq1xlP3aQ&mra=ls&sl=45.729191,8.701172&sspn=4.25606,9.854736&ie=UTF8&ll=45.767523,8.635254&spn=4.253141,9.854736&t=h&z=7&dirflg=d)

**Autofahrt: Porto Torres – Arborea: 160km; ca. 1h30' bis 2h Fahrzeit**

[http://maps.google.ch/maps?f=d&source=s\\_d&saddr=Porto+Torres+Sassari,+Italia&daddr=Arborea+Oristano,+Sardinien,+Italien&hl=de&geocode=FekVbwldkFOAACn980RH6ILcEjHgSRDLFb4IBA%3BFXrnXgldH\\_GCACINcDLzcYTdEjFNoHadrLmDuw&mra=ls&sl=40.304255,8.59368&sspn=1.162472,2.463684&ie=UTF8&t=h&z=9&dirflg=d](http://maps.google.ch/maps?f=d&source=s_d&saddr=Porto+Torres+Sassari,+Italia&daddr=Arborea+Oristano,+Sardinien,+Italien&hl=de&geocode=FekVbwldkFOAACn980RH6ILcEjHgSRDLFb4IBA%3BFXrnXgldH_GCACINcDLzcYTdEjFNoHadrLmDuw&mra=ls&sl=40.304255,8.59368&sspn=1.162472,2.463684&ie=UTF8&t=h&z=9&dirflg=d)

**Alternativen: Genoa – Olbia; Livorno – Golfo Aranci:** „Tirrenia“ & „Moby Lines“: täglich

## Allgemeine Infos

- Im April besteht gute Wettersicherheit, Lufttemperaturen von 20 bis 30 Grad
- Es bestehen optimale Trainingsbedingungen für Handbike, Rennrollstuhl, Inline, Rennrad, Laufen und Touren
- Handbike/ Rennrad: Vielfältiges Strassennetz für Touren jeder Länge und Schwierigkeit, gute Belagsqualität, meist sehr wenig Verkehr, siehe Touren- Karte & Höhenprofile in der Beilage
- Rennrollstuhl/ Inline: Es hat direkt vom Hotel weg absolut flache Strassen (sehr feiner Teerbelag) mit ausschliesslich Landwirtschaftsverkehr
- Rennrollstuhl/ Leichtathletik: Schnelle 400m Bahn in 15 Autominuten Distanz
- Hotel und Gegend bieten diverse Möglichkeiten für Relaxen (Pool, Strand, Spa, Shopping etc) sowie aktive Erholung (Tennis, Reiten, Wandern etc)
- ANMELDUNG/ FRAGEN: Christian Wenk: +41 76 391 74 74, [cwenk1@gmail.com](mailto:cwenk1@gmail.com)