

# Triathlondagar på Böda Sand

Triathlon är en idrott för alla, en idrott som förenar!  
Under vecka 32 kommer "Sveriges Playitas" – Böda Sand tillsammans med Wellness Studio, att ta emot dig med öppna armar och erbjuda träning och familjefest i kombination! Du kan komma själv eller med din familj och uppleva uppladdningen inför Ironman, Minitri eller bara prova på triathlon. Vi ser fram emot inspirerande fartfyllda dagar, hoppas vi ses!

## Onsdag 7/8

Föreläsning  
och samkväm 19.00

## Torsdag 8/8

SIMNING 07.00-8.00

IM-YOGA 08.30-9.30

CYKEL 10.00-13.00

LÖPNING 17.00-18.00

## Fredag 9/8

SIMNING 07.00-8.00

IM-YOGA 08.30-9.30

CYKEL 10.00-13.00

LÖPNING 17.00-18.00

## Lördag 10/8

SIMNING 07.00-8.00

IM-YOGA 08.30-9.30

CYKEL 10.00-13.00

LÖPNING 17.00-18.00

## Söndag 11/8

SIMNING 07.00-8.00

IM-YOGA 08.30-9.30

Alla klasser finns i nivåerna  
nybörjare, medel samt  
avancerad – formtoppning  
inför Ironman,  
minitri eller annat lopp.

### Bokning av boende

[bodasand.se](http://bodasand.se) | [info@bodasand.se](mailto:info@bodasand.se)

### Bokning av Triathlondagarna

Wellness Studio Kalmar | 0480-15066 | [Kalmar@wellnesstudio.se](mailto:Kalmar@wellnesstudio.se)

### MER INFORMATION

[wellnesstudio.se/triathlondagar-pa-boda/bodasand.se/evenemang/familjevecka/](http://wellnesstudio.se/triathlondagar-pa-boda/bodasand.se/evenemang/familjevecka/)

## Ledare



Tomas Gustavsson  
CYKEL



Judith Moss Månsson  
IRONMANYOGA



Daniel Olsson  
LÖPNING



Magnus Kalén  
CYKEL



Jonathan Sühl  
SIMNING



Martin Sandberg  
SIMNING



Björn Mortensen  
CYKEL  
SIMNING  
LÖPNING



David Myrinder  
CYKEL  
SIMNING  
LÖPNING

## 695:-

För samtliga dagar eller 300:- per dag.

## Boende

Ons-Sön 1914:-

Tors-Sön 1325:-

Fre-Sön 914:-

Uppge kod: Wellness

Elplats inkl. badland för hela familjen

## Familjevecka

En härlig vecka fylld av aktiviteter för hela familjen. Alla ska med!

I samarbete med

# BÜDA SAND