

Halloj! 2018 styr vi kosan mot den Grekiska övärlden!

Häng med dina Gymmixkompisar till Rhodos den 6-13 maj 2018!



Nästa träningsresa för våra medlemmar blir den 6-13 maj 2018. Vi åker till vackra Rhodos och hotellet [Mythos Beach](#) där vi kan umgås, träna, sola och bada tillsammans. I år har vi förbokat totalt 100 platser i olika boendeformer. Vilket gäng vi kommer att bli!

Vem kan åka med?

Resan arrangeras av föreningarna *Gymmix Upplands-Bro*, *Gymmix Sundbyberg* och *Tumba Golf Gymmix*. Totalt finns plats för ca 100 resenärer denna gång så vi välkomnar även medlemmar från andra Gymmixföreningar! På de senaste två årens resor har vi varit 75-80 personer, så vi tror och hoppas att platserna ska räcka till!

Härlig träning!

Precis som tidigare resor kommer vi ha ett fullspäckt träningschema med duktiga Gymmixledare, denna gång från alla tre arrangerande föreningar. Mer info om träningen kommer senare, men vi kan redan nu lova att den kommer att vara varierande, med både Gympa, Yoga, Rörlighetsträning, Styrke- och konditionsintervaller av olika slag, Dans och lite till. Även hotellet erbjuder gruppträning och har gym. Träningen kommer att ligga förmiddag och eftermiddag, med "fri tid" under dygnets varmaste timmar. Du tränar hur mycket eller lite du själv vill! Gruppträningen som vi erbjuder passar från ca 11 år och uppåt. Du som förälder ansvarar för medföljande barn.

Priser för träningsresan inklusive frukost, transfer och mat på planet, per person:

Dubbelrum med balkong - 6 683 kr
Dubbelrum med balkong mot pool - 6 918 kr
Dubbelrum med balkong och begränsad havsutsikt – 6 918 kr
Enrumslägenhet med balkong - 6 683 kr
Enrumslägenhet med terrass - 6 918 kr
Tvårumslägenhet med balkong eller terrass – 7 683 kr, 5 733 kr i extrabädd, max 4 personer.
Tvårumslägenhet balkong mot pool - 7 918 kr, 5 968 kr i extrabädd, max 4 personer.

Priser för tillval, per person:

All inclusive: 3 170 kr
Halvpension: 1 320 kr (*Vid val av lägenhet visas ett högre pris på bokningsbekräftelsen. Slutsumman är dock korrekt.*)
Avbeställningsskydd: 249 kr
Reseförsäkring: 281 kr
Dubbelrum för eget bruk: 2 998 kr
Enrumslägenhet för eget bruk: 2 998 kr

Observera: oavsett val ovan så tar vi ut en obligatorisk kostnad på 400 kr per person för externa utgifter i samband med resan. Denna inkluderar bland annat t-shirt/linne med Gymmixtryck. Du betalar in avgiften på Nordea-konto bg 878-4381 (Tumba Golf) när du fått din bekräftelse på resan. Skriv namn och föreningstillhörighet när du betalar. Detta administreras alltså INTE av Apollo, utan av oss själva.

Bokning av resan: Du gör själv din resebokning direkt till reseföretaget Apollo, via denna länk:

[Bokning Gymmix träningsresa 2018](#)

Där väljer du typ av rum, gör eventuella tillval. Du anger också vilken Gymmixförening du är medlem i, samt om du önskar T-shirt eller linne och i vilken storlek.

Du kommer att få ange vem/vilka du vill dela rum med. Observera att varje deltagare gör en egen bokning; det räcker inte att endast en i sällskapet anmäler sig via länken.

Efter att du fått bokningsbekräftelse, glöm inte att betala 400 kr/ person till Tumba Golf (Nordea bg 878-4381), och samtidigt ange resenärernas namn samt förening.

Information och frågor:

Apollo svarar på dina frågor som rör bokning/resa/hotell! Kontakta dem på: grupp@apollo.se eller 0771-37 37 37.

De frågor som handlar om vår gemensamma träning svarar vi gärna på, och ger praktiska tips inför resan mm. Detta görs både via vår Facebook-grupp "**Gymmix Träningsresa 2018**" som du kan söka upp på Facebook när du bokar din resa, och via e-post gymmix.traningsresa2018@gmail.com. Se till att du angett rätt e-postadress vid anmälan.

Återigen, varmt välkommen att följa med på vår härliga träningsresa i vår!

Hälsningar

Kerstin, Pia, Madde, Lillemor och Karin från föreningarna
Tumba Golf Gymmix, Gymmix Sundbyberg och Gymmix Upplands-Bro