

## Aktiv-Camp „Golf spielen(d) lernen“

20. bis 22. Juni 2025

Golfen ist eine vielseitige Sportart die neben der Koordination auch die Konzentration und die Ausdauer fördert. Es macht den Kopf frei und ist eine sehr wirkungsvolle Therapie für Herz und Kreislauf.

Bei diesem Camp können sowohl Anfänger die Begeisterung für den Sport erleben, also auch schon Fortgeschrittene lernen, wie sie ihre Technik verbessern können.

### Programm

- Körper-Check: Messung der Körperzusammensetzung (Bioelektrische Impedanz-Analyse)
- Praxis Golf am Golfclub Zillertal-Uderns
- Regel und Etikettenkunde
- Putten, kurzes Spiel, Schwung-Training

### Zielgruppe

Für Jedermann und Jederfrau in jedem Alter und jedem Fitnesslevel

### Seminarleitung

Ing. Rudi Knapp  
PGA Head Golfprofessional  
Class AA Diplom PGA Golfprofessional  
One Star Golfprofessional

### Teilnehmer sollten Folgendes zum Camp mitbringen

- Freizeitkleidung
- Sportschuhe

### Im Preis enthaltene Leistungen

- 2x Übernachtung im Doppelzimmer im
- exquisiten Wellbeing Boutique Hotel Zelloon
- 2x serviertes Vitalfrühstück
- Benutzung de 3 Saunen mit Ruheoase und
- Outdoor Pool3
- Tage (á 3 Std.) Golflessons mit
- Individualtraining in Kleingruppenformat (3 – 6 Personen)
- Bioelektrische Impedanzanalyse
- Gesamte Leihhausrüstung inkl. Rangebällen
- Rangefee
- Greenfee für den Par3 Kurzplatz



gratis  
BIA-Messung im  
Wert von mind.  
50 Euro

Messung der Körper-  
zusammensetzung  
(Muskel-, Fettmasse,  
Wasser)



Zelloon Boutique Hotel  
Stöcklerfeld 5  
6280 Zell am Ziller  
zelloon.at

### Preis

**598,00 € Paketpreis\***

**-100,00 € SVS-Gesundheitshunderter**

**498,00 € investieren Sie in Ihre Gesundheit**

\* pro Person im DZ, zzgl. Ortstaxe, EZ-Zuschlag: 190 Euro für den gesamten Aufenthalt, DZ zur Einzelnutzung, Leihhausrüstung im Preis inbegriffen.

Nach Beendigung des Camps begleichen Sie bitte die Rechnung beim Seminarleiter (in bar oder per Überweisung). Bei Anspruch und Antrag auf einen SVS-Gesundheitshunderter erhalten Sie von der SVS 100 Euro auf Ihr Konto gutgeschrieben. Bis 4 Wochen vor der Anreise können Sie kostenlos stornieren.

# Programm

## Freitag, 20. Juni 2025

- ab 12:00 Check-In im Hotel Zelloon in Zell am Ziller
- 12:30-12:45 Begrüßung – Ablauf des Camps
- 12:45-13:45 BIA-Analyse- Messung der Körperzusammensetzung  
Vortrag: „Ergebnisse der BIA – Zusammenspiel von Bewegung, Ernährung und mentaler Gesundheit
- 15:00-18:00 Praxis Golf am Golfclub Zillertal-Uderns  
Putten – Kurzes Spiel – Regel und Etikettenkunde
- ab 18:30 Gemeinsames Abendessen im Clubhaus (nicht inkludiert)

## Samstag, 21. Juni 2025

- bis 09:30 Frühstücksbuffet
- bis 11:30 50 Minuten Heilmassage plus Kältekammer Anwendung  
im Hotel Zelloon optional für 137 Euro/Person (nicht inkludiert)
- 12:00-15:00 Praxis Golf am Golfclub Zillertal-Uderns  
Kurzes Spiel – Schwung – Regel und Etikettenkunde

## Sonntag, 22. Juni 2025

- bis 09:30 Frühstücksbuffet und Check Out Hotel
- 10:00-13:00 Praxis Golf am Golfclub Zillertal-Uderns  
Feedbackrunde – ScrambleTurnier am Par3 Kurzplatz

Eventuelle Änderungen vorbehalten.