

Beste Vorbereitung für die Freiwassersaison 2024

Verbringt eine Woche an der Costa Brava
und nutzt die optimalen Rahmenbedingungen,
um im Freiwasser zu üben und zu trainieren.



Die Promenade lädt zu Ausdauerläufen ein
und Einheiten in der Schwimmhalle können
gebucht werden.

Sei dabei –
mach Dich fit für **2024**



23.03. – 30.03.2024 Roses, Costa Brava, Espania



Ausschreibung unter:
www.sachsen-anhalt.dlrg.de oder
www.copa-de-roses.com

**Weitere
Informationen:**
Holger Friedrich
Wettkampfausrichter
DLRG LV Sachsen-Anhalt e.V.
Merseburger Straße 246
06130 Halle/Germany
Tel. +49 179 1468173
Email: ho.friedrich@sachsen-anhalt.dlrg.de



Copa de Roses 2024

Trainingscamp & Surf Competition

23.03. – 30.03.2024
Roses, Costa Brava, Espania

11. International Lifesaving Event



Eine Woche voller Aktivitäten:

23.03.2024

Anreisetag (Anmeldung ab 10.00 Uhr
im Organisationsbüro Hotel Marian Platja)

23.03. bis 30.03.2024

Professionelle Ausbildung in verschiedenen
Bereichen; Betreutes Üben + Trainieren.
Zusätzliche Freizeitangebote z. B. Stadtrundgang,
Fahrten mit dem Roses-Express, Go-Kart, Boots-
und Schifffahrten können genutzt werden.

24.03.2024

Eröffnungs- und Lifesaver-Party

WETTKAMPF

28.03.2024 Single-Event (Einzeldisziplinen)

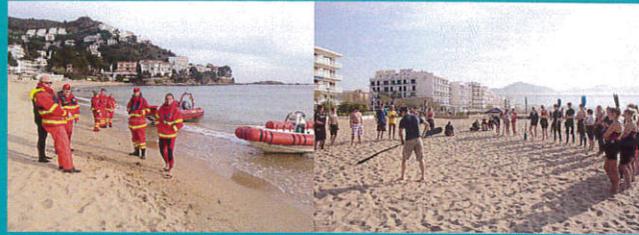
Vor- und Zwischenläufe 9.00 bis 15.00 Uhr
Finale 16.00 Uhr

29.03.2024 Team-Event (Mannschaftsdisziplinen)

Vor- und Zwischenläufe 9.00 bis 15.00 Uhr
Finale 16.00 Uhr

29.03.2024 21.00 Uhr Siegerehrung,
Abschlussveranstaltung

30.03.2024 bis 11.00 Uhr Abreise



Rettungssport Freiwasser-Wettkampf Langstreckenwettkampf

Am Ende des Ausbildungs- und Trainingscamps
kann Ihr Sachpreise im Gesamtwert von 2.300 €
gewinnen. Unter anderem gewinnt das beste Team
beim Rettungssport-Wettkampf Sportartikel im
Wert von 500 € für seinen Verein.

Die detaillierten Bedingungen entnehmt bitte der
Ausschreibung unter:
www.sachsen-anhalt.dlrg.de oder
www.copa-de-roses.com

Meldeschluss: 30.11.2023



Unser Hotel „Marian“

Ihr wohnt in einem 3*-Hotel
mit Vollpension direkt am Strand.
Eure mitgebrachten Sportgeräte
lagern sicher im Hinterhof des Hotels.
Die Bucht bietet ein erprobtes Trainings-
gebiet für Anfänger und Fortgeschrittene.

Kosten:

Ausbildungs-/Wettkampfteilnehmer

inkl.: 7 Übernachtungen + Vollpension, anfallen-
de Startgebühren, Eintritte zur Eröffnungs- und
Abschlussveranstaltung, ein Veranstaltungs-
T-Shirt, Kurtaxe

428,- €

Trainer, Betreuer, Fans, Verwandte, Bekante, Touristen, die nicht an der Ausbildung/Wettkampf teilnehmen.

inkl.: 7 Übernachtungen + Vollpension im Dop-
pelzimmer, diverse Freizeitangebote, Eintritt zur
Eröffnungsfeier, Kurtaxe

SONDERPREIS 378,- €

Die Anreise erfolgt in Eigenregie.
Auf Anfrage kann ein Reisebus gebucht werden!

Meldung bis zum 30.11.2023

Clubs/Vereine erhalten bei einer Meldung
ab 18 Personen einen Freiplatz!

Nur Teilnahme am Wettkampf Rettungssport

(Meldung bis 31.01.2024)

99,- €

11. International Lifesaving Event

