

Interreg



Spolufinancováno
Evropskou unií

Bavorsko – Česko



1. ČESKO-NĚMECKÝ TRAILOVÝ BĚŽECKÝ KEMP

📍 Lipno / Česká republika

10. května 2025



**Pro vás
zdarma!**

1. ČESKO-NĚMECKÝ TRAILOVÝ BĚŽECKÝ KEMP

Interreg



Spolufinancováno
Evropskou unií

Bavorsko – Česko

Bud'te součástí trailového běžeckého kempu na Lipně (Česká republika)
10. května 2025 - včetně společného trailového běhu, zajímavých workshopů a příjemné atmosféry v kempu přímo u Lipenské přehrady v České republice!

Registrujte se nyní **ZDARMA**, počet účastníků je omezen!



Gril Modřín / Česká republika

382 78 Lipno nad Vltavou, Česká republika



RŮZNÉ WORKSHOPY ODBORNÍKŮ

od 11:00 do 16:30

o výživě, plánování tréninku, technice, vybavení, regeneraci,
protahování kloubů a cvičení jógy



SPOLEČNÝ BĚH: 5 KM | 10 KM | 15 KM

OVM | 286VM | 448VM

ve 14:00

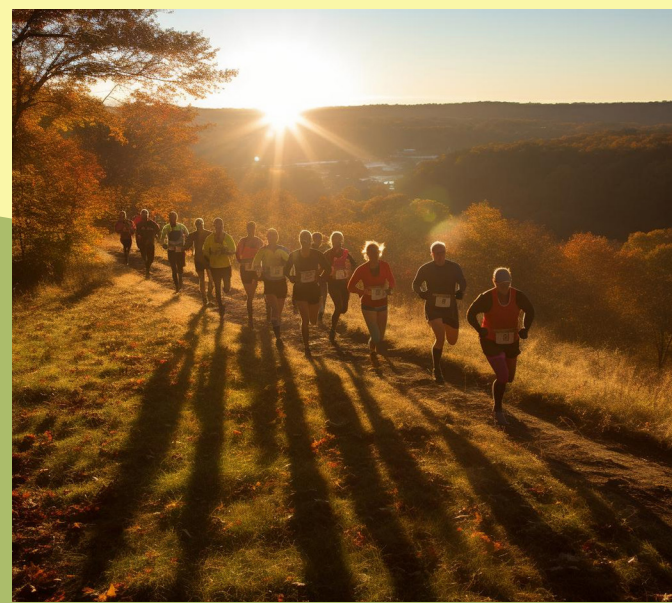
Společný výběh šumavskou krajinou u Lipenské přehrady

Registrace na:
bit.ly/CAMP-CZ



**Pouze pro členy Jihočeského běžeckého poháru, členy
Jihočeského klubu maratonců nebo bývalé účastníky
3KINGS3HILLS!**

Kontaktujte nás: servus@3kings-3hills.com



1. ČESKO-NĚMECKÝ TRAILOVÝ BĚŽECKÝ KEMP

Interreg



Spolufinancováno
Evropskou unií

Bavorsko – Česko

Plán webu - malý přehled?

● **Místo setkání: Gril Modřín**

📍 **Spuštění běhu: Gril Modřín**

P **Parkoviště**

📍 **Workshopy: Gril Modřín / HOTEL AMENITY**

Další informace:



bit.ly/CZKEMP



1. ČESKO-NĚMECKÝ TRAILOVÝ BĚŽECKÝ KEMP

Interreg



Spolufinancováno
Evropskou unií

Bavorsko – Česko

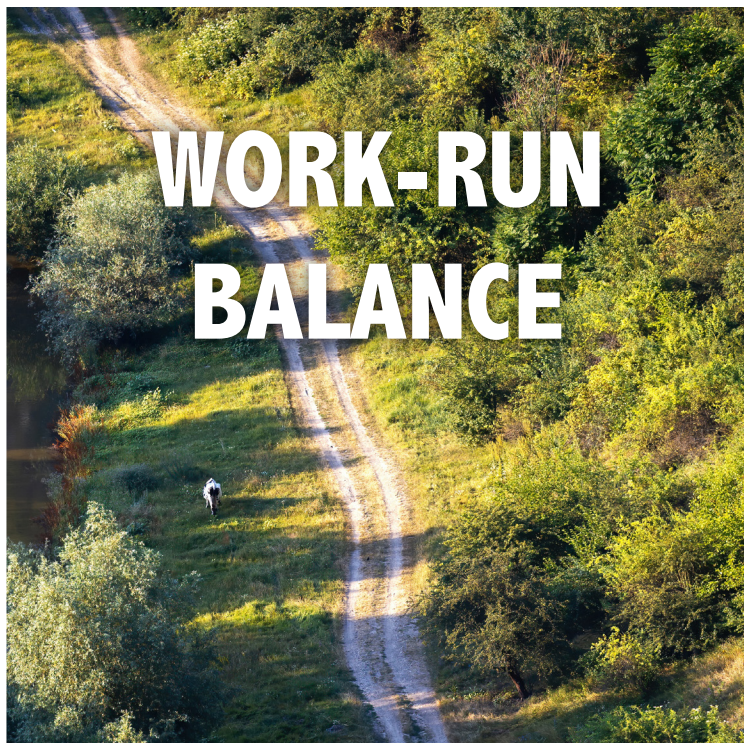
Tyto workshopy na vás čekají!



VYBAVENÍ



TECHNIKA
PRO TRAI-
LOVÝ BĚH



WORK-RUN
BALANCE



REGENERACE



VÝŽIVA



OCHLAZO-
VACÍ JÓGA

Registrace na:
bit.ly/CAMP-CZ

Další informace: bit.ly/CZKEMP

