

# Programm des BUSEK BODYCAMP 2006

am 17. JUNI 2006 in den Räumen der BSA-Akademie, Rosenheimer Str. 145 h, 81671 München

(Aus organisatorischen Gründen – Fußball-WM – entfällt der geplante 2. Tag)

## REFERENTEN + TOP-ATHLETEN:

Ronny Rockel .....	IFBB-Grand Prix Sieger Australien 2006
Dennis Wolf .....	IFBB-Weltmeister 2005 (Gesamtsieger)
Thomas Scheu.....	IFBB-Weltmeister 1996, 2001, 2003
Werner Zenk .....	World Games 2005, Goldmedaille
Sabine Froschauer .....	IFBB-Weltmeisterin 1993
Erich Janner.....	DBFVe.V.-Generalsekretär
Dr. Martina Herget .....	DBFVe.V.-Sportreferentin
Dipl.Sportl. Uschi Moriabadi .....	BSA-Akademie, Stützpunktleiterin München
Albert Busek .....	Muscle & Fitness/FLEX-Chefredakteur

## BUSEK-BODYCAMP-PROGRAMM UND ZEITPLAN: 10-19 UHR MIT 2 PAUSEN À 15 MINUTEN, 1 PAUSE 30 MINUTEN

- Training mit Thomas Scheu und Werner Zenk ..... 90 Min.
- Training mit Dennis Wolf und Ronny Rockel..... 90 Min.
- Posing-Seminar mit Thomas Scheu u. Sabine Froschauer ..... 30 Min.
- Ernährungs-Seminar: Wettkampfvorbereitung mit Dr. Martina Herget ..... 120 Min.
- BB-Küche mit Sabine Froschauer ..... 30 Min.
- Supplemente-Seminar mit Dr. Martina Herget ..... 30 Min.
- Entspannungs-Techniken mit Dipl.Sportl. Uschi Moriabadi ..... 30 Min.
- Fragestunde mit den anwesenden Top-Athleten/Referenten ..... 60 Min.

## ABENDESSEN (OPTIONAL) 19:30 UHR:

Gemeinsames Abendessen im Restaurant „Wienerwald“ (Selbstzahler) - (3 Minuten zu Fuß)

## BB-STAMMTISCH: 21:00 UHR OPEN END

Einladung des Organisers Albert Busek zum gemütlichen Ausklang in den Räumen der BSA-Akademie bei hausgemachten Kuchen der Familien Busek-Tausch sowie einer Dia-Schau mit BB-Photos aus dem Busek-Archiv. Kaffee und Wasser kostenlos.

## TEILNAHME-URKUNDE

Jede(r) Teilnehmer(in) erhält eine Urkunde

## TEILNAHME-GEBÜHR

Pro Person ist bei Beginn des Bodycamps eine Gebühr von **50,- € in bar** an Erich Janner, Generalsekretär des DBFVe.V., zu bezahlen. **Mit der Gesamtsumme werden die Nationalmannschaften des DBFVe.V. unterstützt.**

## ÜBERNACHTUNGSMÖGLICHKEITEN VON 17. AUF DEN 18.06.06

Begrenzte Übernachtungskapazität zu günstigen Preisen im nahe gelegenen

Hotel Stadt Rosenheim (15 Minuten zu Fuß) – Reservierung nach Eingang.

- Im Dreibettzimmer/Etagen-Dusche/WC inkl. Frühstück € 45,- pro Person
- Im Doppelzimmer/Etagen-Dusche/WC inkl. Frühstück € 55,- pro Person
- Im Einzelzimmer/Etagen-Dusche/WC inkl. Frühstück € 79,- pro Person

Reservierung unter Stichwort BUSEK-BODYCAMP bei:

**Hotel Stadt Rosenheim am Ostbahnhof, Orleansplatz 6a, 81667 München, Tel.: 089/4482424, Fax: 089/485987**

Kostenlose Dusche am Sonntag ab 9 Uhr auch im Stefan-Sportcenter möglich