

Machen Sie Ihre Mannschaft fit im Bullhead House

Trainingslager und Freizeiten für Vereinsmannschaften

**Ihr(e) Team(s) möchte(n) sich für die kommende Saison den letzten Schliff verpassen ?
Das Bullhead House mit seinen Programmen und Trainern bietet hierfür optimale Voraussetzungen !**

Das Bullhead House und die Region: www.bullheadhouse.de und www.erlebnis-ochsenkopf.de

Unterkunft für bis zu 56 Personen: Einzel- und Doppelzimmer; 3- und 4-Bettzimmer
Beste Verpflegung; auf Wunsch auch Vollwertkost und spezielle „Sportlerernährung“
Abtrennbarer Nebenraum für Besprechungen, Seminare, etc.
Eigenes Verleihcenter für Mountainbikes, Skikes, Nordic Walking Stöcke
Eigener Mountainbike-Technikparcours und Trail-Park!

**Abwechslungsreiche Trainingsstrecken für Mountainbiking (plus Bike-Park Ochsenkopf),
Berglauf, Running, Intervalltraining, Nordic Walking und Skiken direkt vor der Haustür
Hervorragende Verkehrsanbindung und zentrale Lage**

Optionales Serviceangebote des Bullhead House Teams:

Routenvorschläge für Trainingsstrecken mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden.
Trainer und Guides für Mountainbike-Training+Tour, Skiken, Nordic Walking, Fitness (v.a Kondition +
Koordination) sowie für spezielle Teamtrainingsmaßnahmen gehören zu unserem Team.
Spezielle Teamtrainings und Outdoor-Action-Programme als Ergänzung zum Trainingslager
Leistungsdiagnostik durch erfahrene Sportärzte; Massagen und Physiotherapie
Massagen und Physiotherapie

In unmittelbarer Nähe: Trainingsplatz für Fußball, Volleyball und Basketball

Im Umkreis von 5 km: Therme mit Saunalandschaft, Fußballplätze, Hochseilgarten,
Ski-sprungschanzen, Biathlonanlage

Programmbeispiel: Kurztrainingslager mit Schwerpunkt “Mountainbike”: Do - So

1.Tag: Anreise: Donnerstag

Am Nachmittag 1. Trainingseinheit, MTB-Einstiegstour am Ochsenkopf

2.Tag: Morgens Trainingseinheit, z.B. Mountainbike-Tour (oder Intervalltraining mit Bergsprints) am
Ochsenkopf und Schneeberg. Mittagspause. Nachmittags weitere Trainingseinheit. Abends
Regeneration in der Therme in Fichtelberg.

3.Tag: Morgens Trainingseinheit mit Kraft und Koordination fördern. Mittagspause. Nachmittags weitere
Trainingseinheit.

4.Tag: Morgens z.B. leichte Laufeinheit. Anschließend Trainingsspiel, Testspiel (bei Fußball- oder
Handballmannschaften) zum Abschluss des Trainingslagers.

Leistungen des Angebots:

3 Nächte inkl. Vollpension im Ochsenkopfhaus (mittags Lunchpaket oder Verpflegung im Haus).
Routenvorschläge für Trainingseinheiten (Mountainbike, Running, etc.) inkl. Kartenmaterial.
Organisation von Test- und Trainingsspielen im Rahmen des Trainingslagers (Fußball, Handball).

Termine: nach Vereinbarung

Preis / Person ab 10 Personen: € 95,-

Preis / Person ab 16 Personen: € 85,-

Individuelle und maßgeschneiderte Angebote für ihre Trainingslager:

Ihre spezielle Programmwünsche und Vorstellungen von der Gestaltung Ihres Trainingslagers bauen wir
gerne in ein maßgeschneidertes Angebot ein.

Kontakt, Infos und Beratung:

Bullhead House: www.bullheadhouse.de

Telefon: 09277 / 975 379, **E-mail:** info@bullheadhouse.de

Näheres zu den Trainingsmöglichkeiten und Lage des Bullhead House

Das Bullhead House liegt am Fuße des zweithöchsten Berges im Fichtelgebirge, dem Ochsenkopf. Dieser ist zugleich das **Zentrum für die meisten Outdoor-Sportarten in der Region**. Das **weitläufige Wegenetz am Berg** bietet alle Möglichkeiten für ein abwechslungsreiches Training. Laufeinheiten, Mountainbike-Touren oder Nordic Walking Touren sind in allen Schwierigkeitsgraden möglich. Intervalltrainings und harte Konditionseinheiten können genauso wie regenerative, leichtere **Trainingseinheiten „ab Haus“** durchgeführt werden.

Mountainbike-Touren direkt ab Haus sind in allen Schwierigkeitsstufen möglich. Neben leichteren Strecken auf Forst- und Waldwegen mit gemäßigten Anstiegen und Abfahrten gibt es zahlreiche technisch anspruchsvollere Singletrail-Strecken, die hervorragend in ein Trainingslager für Mountainbike-Vereine integriert werden können. Die besten Streckenvorschläge gibt es natürlich vom Bullhead House-Team! Außerdem können Mountainbiker den Bike-Park Ochsenkopf mit den verschiedenen Downhill- und Freeride-Strecken nutzen, der ebenfalls direkt neben unserem Haus liegt.

Der **Hochseilgarten auf der Ochsenkopf-Nordseite** lässt sich gut in ein längeres Trainingsprogramm einbauen. Zur Abwechslung können dort im „Hochparcours“ Koordination und Geschicklichkeit geschult werden. Nach harten Trainingseinheiten tut Entspannung gut und zur Regeneration steht Ihnen auch die **Therme im nahen Fichtelberg** zur Verfügung, die mit einer großen Sauna- und Wellnesslandschaft ausgestattet ist.

Für Langlauf-Teams ist die Region seit jeher das wichtigste **Leistungszentrum in Nordbayern**. Unser Haus hat **direkten Anschluss an das regionale Loipensystem**. Zwei Nachtloipen und die Biathlon-Anlage des SC Neubau liegen nur wenige Kilometer entfernt. Zum Nordic Bladen und Rollerskifahren können der Mainradweg und der Rundkurs um den Weißenstädter See (15 km entfernt) genutzt werden.

Für **Fußballvereine** können wir **Test- und Trainingsspiele mit regionalen Mannschaften** vereinbaren. Es gibt zahlreiche Vereine aus unterschiedlichen Spielklassen in unserem Einzugsgebiet. Gleiches gilt für **Handballvereine**. Hierfür können wir Trainingsspiele in Wunsiedel (20 km), Marktredwitz (25 km), Weidenberg (15 km) oder Gefrees (12 km) organisieren.

Anreise: Die Region Fichtelgebirge ist über die Autobahnen A 9 (Berlin München) und A 93 (Hof Regensburg) sehr schnell zu erreichen und ist daher ideal auch für ein „Kurztrainingslager“ geeignet. Nächste Bahnhöfe sind Bayreuth (25 km), Weidenberg (15 km) und Marktredwitz (25 km). Die Bushaltestelle für den Regionalbus befindet sich an der Straße direkt unterhalb unseres Hauses.

Weitere Spezial-Angebote für Ihre Vereinsmitglieder:

Spezielle Kinder- und Jugendfreizeiten und Sportcamps im Bullhead House: Programmangebote für Ihre Jugendabteilung finden Sie auf der nächsten Seite

Das Bullhead House:

Bullhead House / Ochsenkopfhaus
Fleckl 13, 95485 Warmensteinach

Telefon: 09277 / 975 379
E-mail: info@bullheadhouse.de

www.bullheadhouse.de



Jugendfreizeit "Sport + Outdoor": 4 Nächte / 5 Tage

- 4 Nächte inkl. Vollpension im Ochsenkopfhaus (mittags Lunchpaket oder Verpflegung im Haus)
- 1 Tag Mountainbike-Programm "Technik+Tour"
- 1 Tag Hochseilgarten im Outdoor Parc auf der Ochsenkopf-Nordseite
- 1 Tag "Wald-Action": Abenteuer-Wanderung und Orientierung
- 1 Tag "Wasserspaß": Fichtelsee oder Waldbad Fleckl (bei schlechtem Wetter Hallenbad Fichtelberg)
- 1 x Grillabend
- Betreuung durch qualifizierte Guides und Betreuer
- Eintritte und Gebühren laut Programm
- Weitere Optionen: Sommerrodelbahn Ochsenkopf-Nord, Wanderung zum Waldhaus in Mehlmeisl

Nicht enthalten: Eintritt Hallenbad Fichtelberg (Schlechtwetter-Alternative), Seilbahn-Fahrten Ochsenkopf

Termine: nach Vereinbarung

Preis / Person: € 149,-

Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen; ab 20 Personen 1 Freiplatz

Jugend- und Schülercamp im Ochsenkophaus: 7 Nächte / 8 Tage (Sa - Sa)

- 7 Nächte inkl. Vollpension im Ochsenkopfhaus (mittags Lunchpaket oder Verpflegung im Haus)
- 1 Tag Mountainbike-Programm "Technik+Tour"
- 1 Tag Hochseilgarten im Outdoor Parc auf der Ochsenkopf-Nordseite
- 1 Tag "Wald-Action": Abenteuer-Wanderung und Orientierung
- 1 Tag "Wasserspaß": Fichtelsee oder Waldbad Fleckl (bei schlechtem Wetter Hallenbad Fichtelberg)
- 1 Tag "Sport-Mix": Fußballturnier, Basketball, Volleyball
- 1 Tag "Deval-Kart-Action" am Geiersberg in Oberwarmensteinach
- 1 x Grillabend
- 1 x Nachtfackelwanderung oder Stirnlampen-Exkursion
- Betreuung durch qualifizierte Guides und Betreuer
- Eintritte und Gebühren laut Programm
- Weitere Optionen: Sommerrodelbahn Ochsenkopf-Nord, Wanderung zum Waldhaus in Mehlmeisl

Nicht enthalten: Eintritt Hallenbad Fichtelberg (Schlechtwetter-Alternative), Seilbahn-Fahrten Ochsenkopf

Termine: nach Vereinbarung

Preis / Person: € 239,-

Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen; ab 20 Personen 1 Freiplatz

"Wochenend-Action": 2 Nächte / 3 Tage: Freitag Nachmittag bis Sonntag Nachmittag

- 2 Nächte inkl. Vollpension im Ochsenkopfhaus (mittags Lunchpaket oder Verpflegung im Haus)
- Freitag Nachmittag / Abend: Grillabend und Nachtfackelwanderung / Stirnlampen-Exkursion
- 1 Tag Mountainbike-Programm "Technik+Tour" oder "Sport-Mix" (Samstag)
- 1 Tag "Wald-Action": Abenteuer-Wanderung und Orientierung (Sonntag Vormittag)

Termine: nach Vereinbarung

Preis / Person: € 89,-

Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen; ab 20 Personen 1 Freiplatz

Neben den oben beschriebenen Programmbeispielen können wir Ihnen auch Programme mit unterschiedlichen Längen und Schwerpunkten zusammenstellen - ganz nach Wunsch!

Schwerpunkte: Erlebnispädagogik, Sport+Outdoor-Action, Freizeit+Erholung