



SONNENALP

RESORT · SPA · GOLF

Medienmitteilung
Reisen | Sport | Hotellerie

Der Traum vom Triathlon: Mit Alica Jacobi im Sonnenalp Resort zur persönlichen Bestform

Ofterschwang / Allgäu, im März 2023. Viele Sportler:innen, die sich bereits in den Einzeldisziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen bewiesen haben, verfolgen dasselbe grosse Ziel: einen Triathlon zu finishen. Alica Jacobi, langjährige Triathlon- und Lauftrainerin, begleitet während der ersten Triathlon-Tage im [Sonnenalp Resort](#) ehrgeizige Wettkämpfer:innen dabei, ihren Traum zum ersten Mal zu erfüllen oder als erfahrene Athlet:innen eine neue Bestzeit aufzustellen. Inmitten der malerischen Allgäuer Natur bietet das Fünf-Sterne-Resort das perfekte Setting für die Teilnehmer:innen – schliesslich soll Sport vor allem auch Freude machen!



Bild 1: Alica Jacobi hat das nötige Know-how, um Teilnehmer:innen mit Tipps und individuellen Trainingsplänen vorzubereiten. © ALICA JACOBI SPORTS

Das neue Sport-Highlight: Fünf Tage, drei Disziplinen, ein Ziel

Wer zum ersten Mal oder mit einer neuen Bestzeit über die Ziellinie eines Triathlons kommen möchte, muss in persönlicher Bestform sein.



SONNENALP

RESORT · SPA · GOLF

Die Arbeit müssen die Sportler:innen zwar selbst übernehmen, aber die erfahrene Athletin [Alica Jacobi](#) hat das nötige Know-how, um die Teilnehmer:innen der ersten Triathlon-Tage im Sonnenalp Resort mit Technik-Tipps, Tricks für die Wechselzone und individuellen Trainingsplänen für das grosse Ereignis fit zu machen.

Das Programm umfasst neben den technischen Trainings, also Schwimmen im [Sportpool](#) des Resorts, Laufen und Veloausfahrten im schönen Umfeld auch tägliche Yoga- und Athletik-Sessions mit möglichen Einzelbesprechungen. Zudem analysiert Alica Jacobi während der Gespräche anhand von Videos persönliche Stärken und Schwächen der Athlet:innen und unterstützt mit wertvollen Ratschlägen aus ihrer eigenen Sportlerkarriere. Ernährungstipps und Erholungseinheiten gehören ebenfalls zum Programm.



Bild 2: In der rund 20.000 Quadratmeter umfassenden Wellness-Welt des Sonnenalp Resorts findet nicht nur das Schwimm-Training statt, sondern auch Entspannung in den verschiedenen Pools, im Natur-Spa, den Saunen und den Ruheräumen.

Die Sonnenalp – Fünf-Sterne-Start für Bestleistungen

Im familiengeführten Fünf-Sterne-Resort Sonnenalp werden rund ums Jahr [Outdoor-Aktivitäten](#) angeboten – ist die Lage doch optimal für Wintersport sowie Wander- und Radtouren, Reitausflüge, Golfpartien und Tennis-Matches im Sommer. Zusätzlich zum trainingsfreundlichen Umfeld kommen die Athlet:innen in den Genuss ausgewogener und kohlehydratreicher Kulinarik, die speziell auf die Bedürfnisse der Teilnehmer:innen abgestimmt und in den hoteleigenen Restaurant-Stuben serviert wird.



SONNENALP

RESORT · SPA · GOLF

Als Triathloncoach achtet Alica Jacobi zudem auf die Erholungseinheiten der ambitionierten Teilnehmer:innen. In der rund 20.000 Quadratmeter umfassenden [Wellness-Welt](#) des Sonnenalp Resorts findet nicht nur das Schwimm-Training statt, sondern auch Entspannung in den beheizten Aussenpools, Whirlpools, im Natur-Spa, den Saunen und Ruheräumen. Auf Wunsch können die Sportler:innen Massagen und Anwendungen, zum Beispiel mit alpinen Ölen, buchen.

Wie wichtig es ist, den Teilnehmer:innen ein «Gesamtpaket» anzubieten, weiss Anna-Maria Fässler, Hoteldirektorin der Sonnenalp – sie hat die Trainingsphasen ihres Sohns Jakob für seinen ersten Triathlon im vergangenen Jahr live mitbekommen. «Vor und nach getaner Arbeit mit Alica Jacobi verwöhnen wir die Sportler:innen im Sonnenalp Resort mit abgestimmten Speisen und Relax-Optionen im Wellness-Bereich.»



Bild 3: Als Triathlon Coach achtet Alica Jacobi auch auf Erholungseinheiten der ambitionierten Teilnehmer:innen. © ALICA JACOBI SPORTS

Triathlon-Tage: Optimal vorbereitet

Die ersten [Triathlon-Tage](#) im Sonnenalp Resort finden vom **2. bis 7. Juni 2024** statt.

Das Programm umfasst:



SONNENALP

RESORT · SPA · GOLF

- 6 Tage/5 Übernachtungen
- Deluxe-Halbpension
- Ganztägiges Vital- und Vitaminbuffet
- Begrüßungsdrink und -geschenk bei Anreise,
- Wechselnde Trainingseinheiten sowie tägliche Yoga- und Athletik-Sessions mit Alica Jacobi.

Preise im Einzelzimmer ab CHF 2306.– (€ 2415.–) pro Person, im Doppelzimmer ab CHF 2234.– (€ 2340.–) pro Person.

Hinweis an die Redaktionen:

Das Sonnenalp Resort

Mit ihrer über 100-jährigen Tradition gilt die Sonnenalp als Flaggschiff der alpinen Luxushotellerie in Deutschland. Das herrlich inmitten prächtiger Natur gelegene Fünf-Sterne-Resort ist in vierter Generation familiengeführt und setzt stets Masstäbe in puncto Golf, Spa und Freizeitangebot. Ungeschlagen ist die Infrastruktur des 218-Zimmer-Resorts und der vier Alpenchalets – mit Angeboten vom Sternerestaurant über den eigenen Reiterhof, die insgesamt 20 000 m² Indoor- und Outdoor-Wasser- und Wohlfühlwelt bis zum 42-Loch-Weltklassegolf. Die «Sonnenalp»-Philosophie ist von klaren Werten, besonderer Emotionalität und viel Familiengefühl geprägt. Seit 2019 gilt das Sonnenalp Resort durch ein dreistufiges Verfahren zur Erfassung, Reduzierung und Kompensation des CO₂ Ausstosses als «klimaneutrales Unternehmen».

Anzahl Zeichen: 3586 Zeichen inkl. Wortzwischenräume.

Bilderlinks:

Bilder in hoher und in Web-Auflösung der Sonnenalp finden Sie [hier](#).

Für Anfragen und Reservationen:

SONNENALP Resort
Telefon +49 8321 272 0

E-Mail: info@sonnenalp.de
Website: www.sonnenalp.de

Medienkontakt Schweiz:

ESTHER BECK PR
Esther Beck / Monika Buchser
Telefon +41 31 961 50 14

E-Mail: contact@estherbeck.ch
Website: www.estherbeck.ch



SONNENALP

RESORT · SPA · GOLF