

 **asl** EXPERIENCE

# MALLORCA 2024

**CYCLING PERFORMANCE 3.5 BUDGET**

**06 A 13 DE ABRIL DE 2024**

Uma semana para ciclistas com FTP acima de 3.5 W/Kg que buscam performance e gostam de um esquema mais "raiz".



# TEMPORADA ASL EM MALLORCA

Em 2024, a ASL estará mais uma vez em Mallorca para uma nova temporada de muito pedal, treinos, visuais incríveis e, claro, muita diversão. Temos semanas desenhadas com carinho para cada perfil de atleta e, certamente, uma delas é para você.

Consulte o link de cada semana para saber mais!

## SEMANA 1 • 06 A 13 DE ABRIL

Semana Ciclismo Performance Budget 3.5

## SEMANA 2 • SEMANA RUNFUN - 13 A 20 DE ABRIL

Você sabia que a ASL também organiza semanas exclusivas para grupos fechados e seus convidados? Em 2024, teremos a Semana RunFun by AG em Mallorca. E, em breve, poderemos ter a sua!

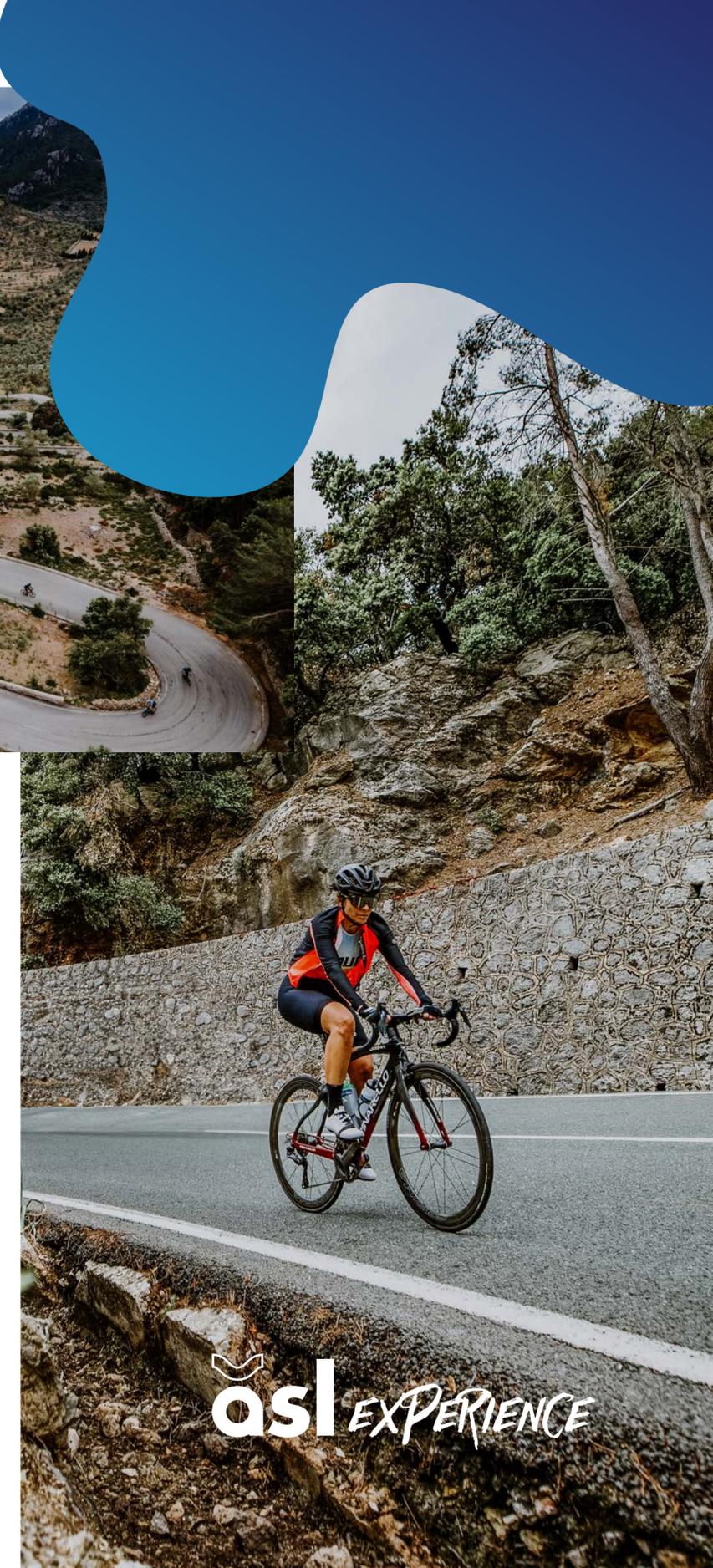
## SEMANA 3 E 4 • CICLISMO PADRÃO ASL - 20 DE ABRIL A 04 DE MAIO

Nas duas semanas entre 20 de abril e 04 de maio, teremos a típica programação de uma ASL Experience, com toda a estrutura, apoio do time ASL, recovery e mordomias que você merece.

## SEMANA 5 • SEMANA TRIATHLON - 05 A 12 DE MAIO

### • TRAINING CAMP + IM 70.3 MALLORCA - 02 A 12 DE MAIO

Nessa semana, as bicicletas TT estão liberadas! Teremos treinos de natação, corrida em pista e um incrível 70.3 Alcudia para fechar nossa temporada com chave de ouro! Para esta semana, teremos ainda a opção de um programa de 10 dias incluindo treinos e descanso, no race mode, ideal para quem vai competir!



 **EXPERIENCE**

## SOBRE A ASL E O CAMP

Somos uma operadora de viagens com o esporte em nosso DNA e uma enorme bagagem internacional. Nossos clientes vão desde delegações olímpicas campeãs a atletas amadores iniciantes. Nosso diferencial é que também somos atletas, por isso conhecemos tão bem as suas expectativas.

Nossas ASL Experience são training camps esportivos com foco em ciclismo, que acontecem anualmente para vários destinos, como Mallorca, Girona, Colômbia e Cozumel. E além da imersão no esporte, é uma oportunidade para quem quer mergulhar na cultura, história, gastronomia e cenários incríveis.

Podemos dizer que a ASL Experience é hoje nosso principal projeto. Em 2023, foram 130 atletas inscritos em Mallorca!

Sobre o Camp, as chegadas e saídas acontecem aos sábados, com os treinos oficiais que acontecem de domingo a sexta-feira.





**asl** EXPERIENCE

## **SOBRE A SEMANA PERFORMANCE 3.5 BUDGET**

Se você é daqueles ciclistas acostumados a pedais longos na estrada, sem apoio e autossuficiente, essa semana é para você.

Nossa Semana Performance 3.5 Budget foi criada exclusivamente para ciclistas experientes que não necessitam de carro de apoio, fornecimento de suplementos ou snacks, espaço recovery e kit completo. É uma semana para ciclistas raiz!

Os pré-requisitos são: técnica e habilidade para rodar em pelotões com bikes de ciclismo, não sendo permitido TTs. Importante estar preparado para subir e descer montanhas com confiança e saber lidar com situações mecânicas de suas bikes.

Para se inscrever e acompanhar o grupo, recomendamos um FTP mínimo de 3,5 watts por quilo. Para clientes que já estiveram conosco em Mallorca, nível equivalente aos grupos 1 e 2, porém sem carro de apoio. Cada atleta deve estar autosuficiente em todos os treinos.

Venha buscar seu limite e se desafiar pelas fabulosas estradas e montanhas da ilha de Mallorca.

**Mas corra, que as condições são super especiais e as vagas, limitadas!**

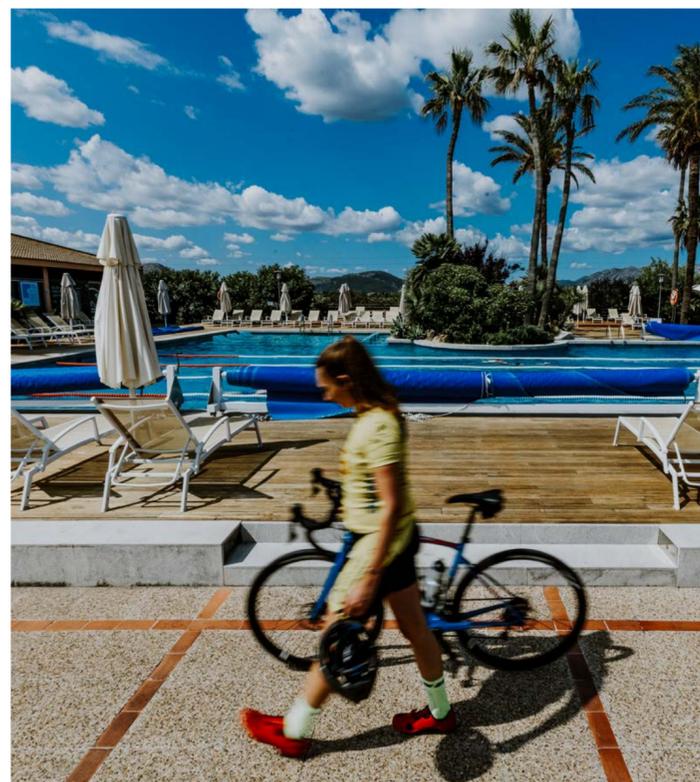
# **SOBRE MALLORCA**

## **A maior das Ilhas Baleares**

Localizada na Espanha, Mallorca é a maior das Ilhas Baleares, situada no Mar Mediterrâneo. Sua capital é a cidade Palma de Mallorca, localizada na parte sul da ilha. Nosso hotel fica na parte norte, entre as charmosas cidades de Alcúdia e Pollença, um lugar com uma paisagem de tirar o fôlego.

Para chegar a Mallorca, existem excelentes opções partindo do Brasil, com conexões em Madrid ou Barcelona, ambas a apenas 1 hora de voo até o seu destino final: o aeroporto de Palma de Mallorca.



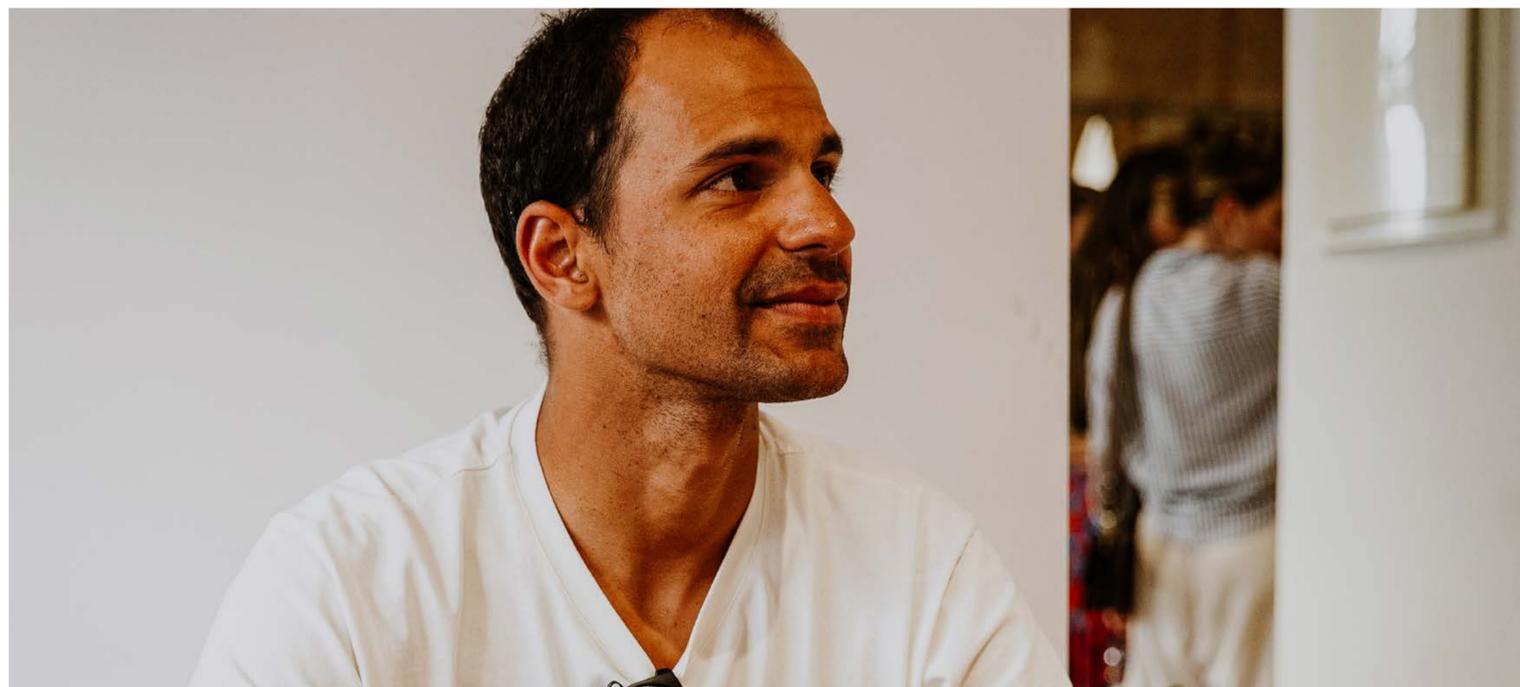


## **SOBRE O HOTEL**

Em nossa ASL Experience Mallorca, ficamos hospedados no Hotel PortBlue, um resort com sistema de alimentação meia pensão, que inclui um variado buffet no café da manhã e jantar, além de um buffet de pasta simples que garante a carbo load depois dos pedais.

O hotel conta também com uma estrutura de academia completa, piscinas para lazer e duas piscinas de 25 metros com raia para os treinos de natação. E ainda um SPA com piscina aquecida e jatos de massagem, saunas seca e a vapor, além de um tanque de crioterapia para garantir uma recuperação perfeita aos atletas participantes.

## IDEALIZADORES DO PROJETO



### PETRUS RAVAZZANO

Empreendedor, atleta amador e viajante profissional, com mais de 36 países na bagagem, o Petrus foi o grande idealizador da ASL - Athlete Superior Logistics. Mas a sua grande inovação, o que realmente revolucionou seu mercado, foi a criação do **#padraoasl**. Pioneiro na organização de training camps pelo mundo, Petrus está sempre em busca de novos destinos e experiências únicas para surpreender e encantar nossos clientes. Como principais destinos ASL temos além de Mallorca, Colômbia, Girona e Cozumel.

[@/petrusravazzano](https://www.instagram.com/petrusravazzano)



### FRANK JAKOBSEN

Renomado treinador internacional e consultor do time Sansego. Tem diversas conquistas de Ironman e Ironman 70.3 em seu histórico como coach. Treina atualmente um grupo de atletas profissionais, incluindo o sueco Jesper Svensson, o brasileiro Thiago Vinhal e a ciclista destaque e campeã nacional Tota Magalhães.

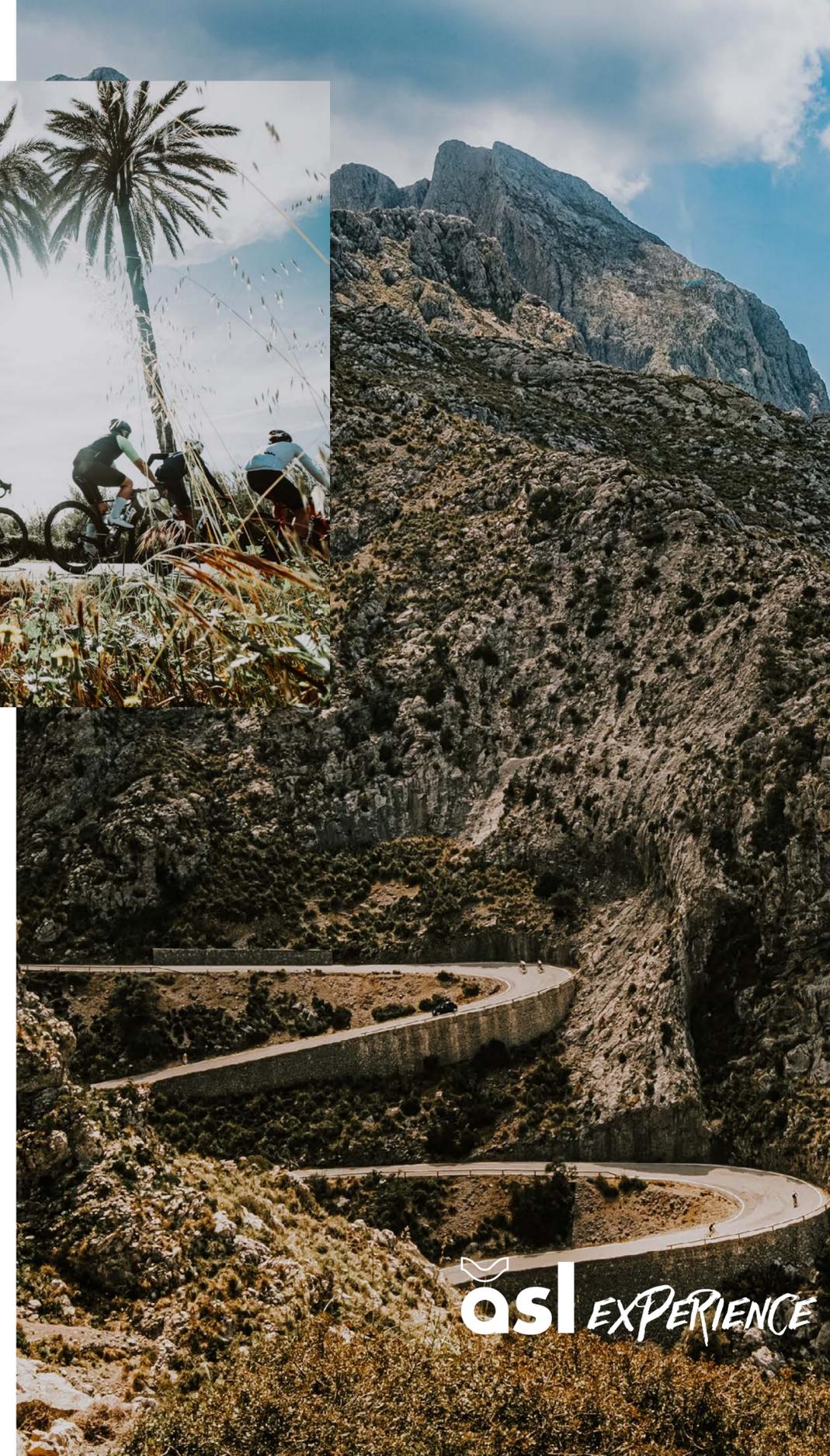
[@/coachfrankdna](https://www.instagram.com/coachfrankdna)

asl EXPERIENCE

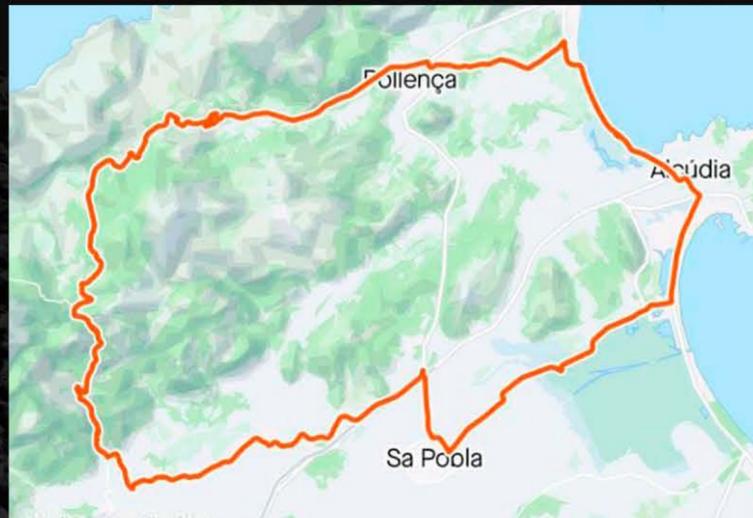
## SEU DIA-A-DIA NO ASL EXPERIENCE MALLORCA

Nossa programação semanal é intensa, com um volume de 25 a 30 horas de treinos. Começamos o dia com um buffet de café da manhã completo, seguido pelo briefing técnico.

A semana performance foi desenhada para um grupo de 30 atletas com um limite máximo de 50 atletas em pelotões de 10 a 12 ciclistas. Ao retornar do pedal, nossos atletas geralmente fazem um recovery no SPA do hotel, que já está incluso no nosso pacote.

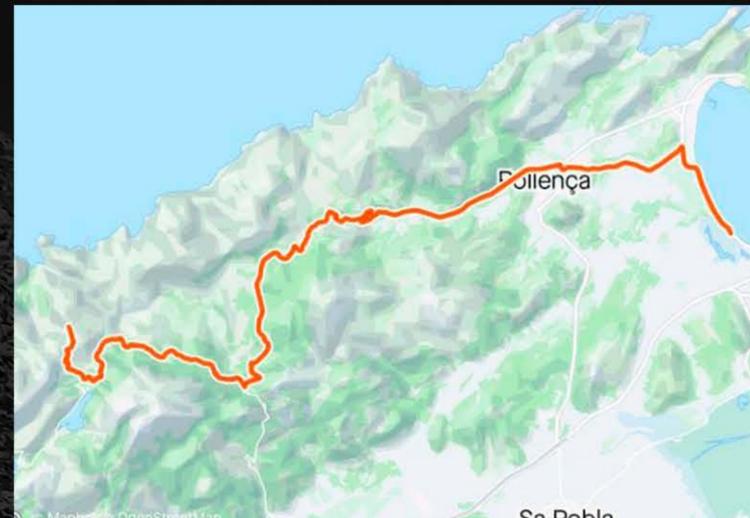


# NOSSAS ROTAS



Distância  
**71,89 km**

Ganho de elevação  
**851 m**



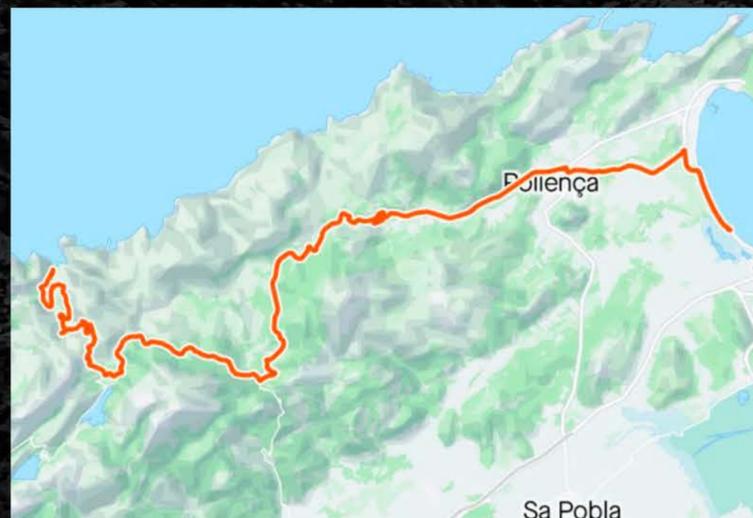
Distância  
**82,48 km**

Ganho de elevação  
**1.385 m**



Distância  
**110,60 km**

Ganho de elevação  
**2.064 m**



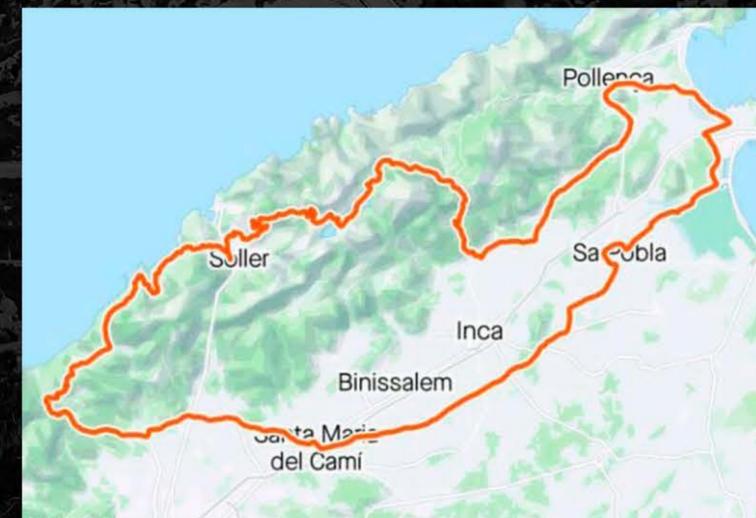
Distância  
**120,01 km**

Ganho de elevação  
**2.108 m**



Distância  
**134,17 km**

Ganho de elevação  
**1.829 m**



Distância  
**165,82 km**

Ganho de elevação  
**2.021 m**



## NOSSA VIAGEM

- 7 noites de hospedagem no Resort PortBlue Club Pollentia, padrão 4 estrelas, na Baía de Pollença.
- Apartamentos equipados com minibar e wi-fi.
- Café da manhã e jantar incluso, exceto bebidas.
- Treinos com guias ciclistas.
- 10 dias de seguro viagem com cobertura para ciclismo.
- Jersey ASL Mallorca 2024.
- Acesso à academia do hotel.
- Passe diário de 01 hora para utilização do SPA do hotel.
- Auxílio integral do time ASL.

## OPCIONAIS

- Transfer de chegada e saída regular com possível espera no aeroporto - R\$550 por pessoa.
- Transfer sem espera – R\$850 por pessoa.

## INVESTIMENTO

### APARTAMENTO **MARIS STANDARD**

Valor por pessoa em reais

- ▶ VALOR EM EUROS
- ▶ VALOR EM REAIS

**SINGLE**

EUR 1.479  
R\$7.990

**DUPLO**

EUR 1.183  
R\$6.390

### APARTAMENTO **VILLAGE PLUS**

Valor por pessoa em reais

- ▶ VALOR EM EUROS
- ▶ VALOR EM REAIS

**SINGLE**

EUR 1.738  
R\$9.390

**DUPLO**

EUR 1.387  
R\$7.490

### APARTAMENTO **SUITE PLUS**

Valor por pessoa em reais

- ▶ VALOR EM EUROS
- ▶ VALOR EM REAIS

**SINGLE**

EUR 2.314  
R\$12.499

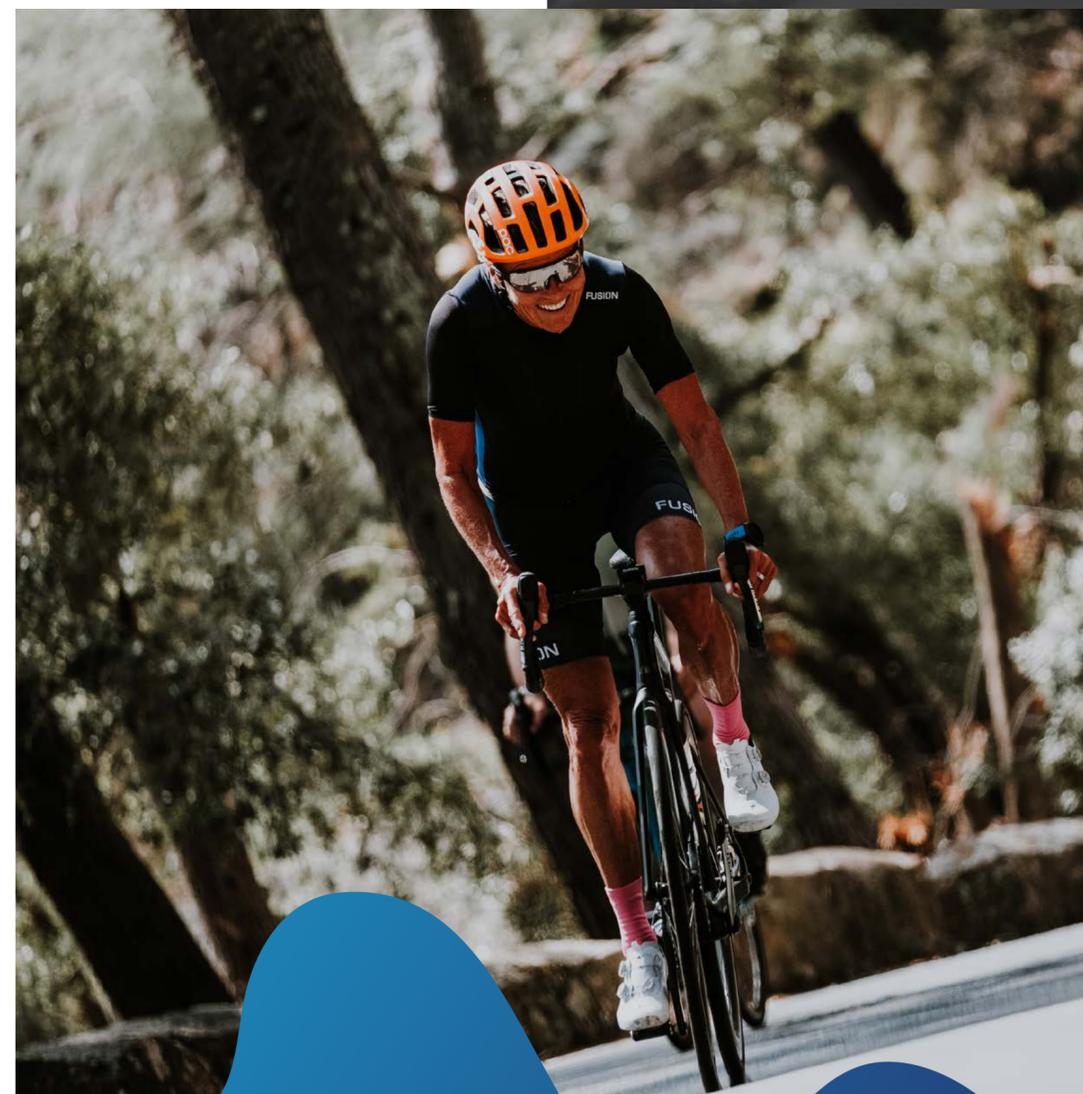
**DUPLO**

EUR 1.479  
R\$7.990

\*Valores convertidos em Euros pela cotação do dia 01 de agosto. Câmbio referência 5,40.  
Preços sujeitos a alteração cambial. O câmbio válido será o do dia do pagamento.

## PAGAMENTO

5X sem juros no cartão de crédito ou 5% de desconto no pagamento à vista no PIX.



**asl** EXPERIENCE

**GOSTOU? FALE CONOSCO.  
ESPERAMOS VOCÊ PARA ESTA EXPERIÊNCIA!**

**Atendimento**

 **+55 11 91699-6750**

 **grupos@padraoasl.com.br**

**Petrus Ravazzano**

 **+55 31 99150-2222**

 **petrus@padraoasl.com.br**



**CONHEÇA MAIS O #PADRÃOASL**

 **@aslturismoesportivo**

 **www.athletelogistics.com.br**

**asl EXPERIENCE**