

 **asl** EXPERIENCE

# MALLORCA 2024

SEMANAS CICLISMO PADRÃO ASL

• DE 20 A 27 DE ABRIL



# 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 • CICLISMO PERFORMANCE BUDGET 3.5 - 06 A 13 DE ABRIL

Para aqueles ciclistas raiz, que não querem saber de luxos ou mordomia, só da melhor programação sobre duas rodas. Por ser focada nos treinos, conseguimos oferecer um custo diferenciado, perfeito para quem ainda não teve a oportunidade de conhecer o padrão ASL.

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

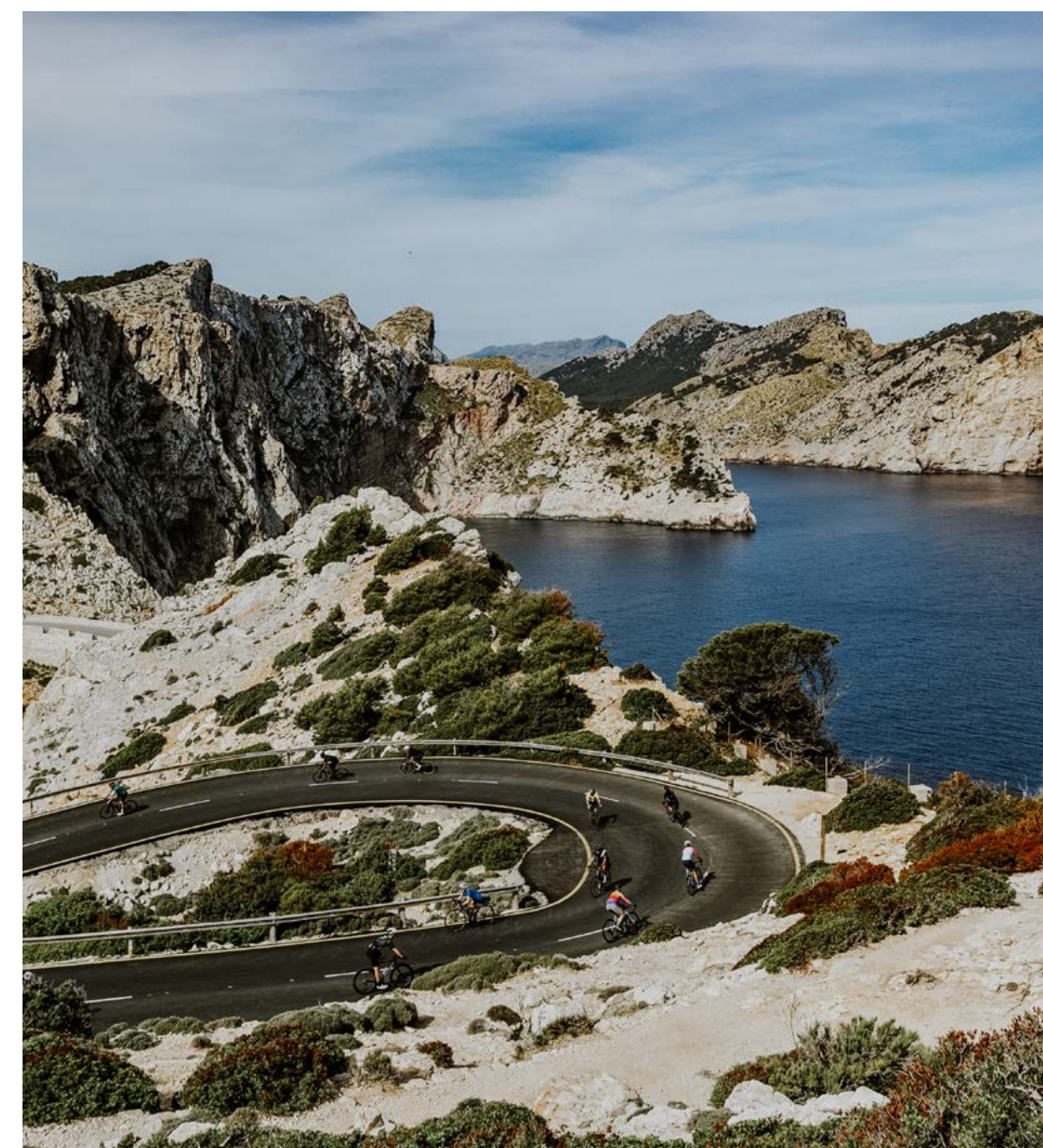
Você sabia que a ASL também organiza semanas exclusivas para grupos fechados e seus convidados? Em 2024, teremos a Semana RunFun by AG em Mallorca. E, em breve, poderemos ter a sua!

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

## 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!

O nosso Camp é direcionado a atletas amadores de vários níveis e o pré-requisito é ter habilidade para pedalar em pelotões e estar preparado para pedalar no mínimo 20h semanais, distribuídas pelos 6 dias de treinos oficiais ou 70kms em estradas.





asl EXPERIENCE

## **SOBRE AS SEMANAS DE CICLISMO**

As semanas de ciclismo serão semanas focadas nos treinos, divididos entre 6 dias, com direito a uma paisagem de tirar o fôlego. As chegadas e saídas acontecem aos sábados com os treinos oficiais que acontecem de domingo a sexta-feira.

Na semana entre 27 de abril e 04 de maio, teremos ainda uma prova super especial acontecendo na ilha. Uma ótima oportunidade para você encerrar sua experiência com chave de ouro.



### **KILL THE HILL 04 de maio de 2024**

Uma prova nova, com menos atletas, mas com o duro desafio de subir a montanha Puig Major, com 125kms de distância e altimetria de 2.000 metros acumulados.

 <https://www.killthehill.cc>

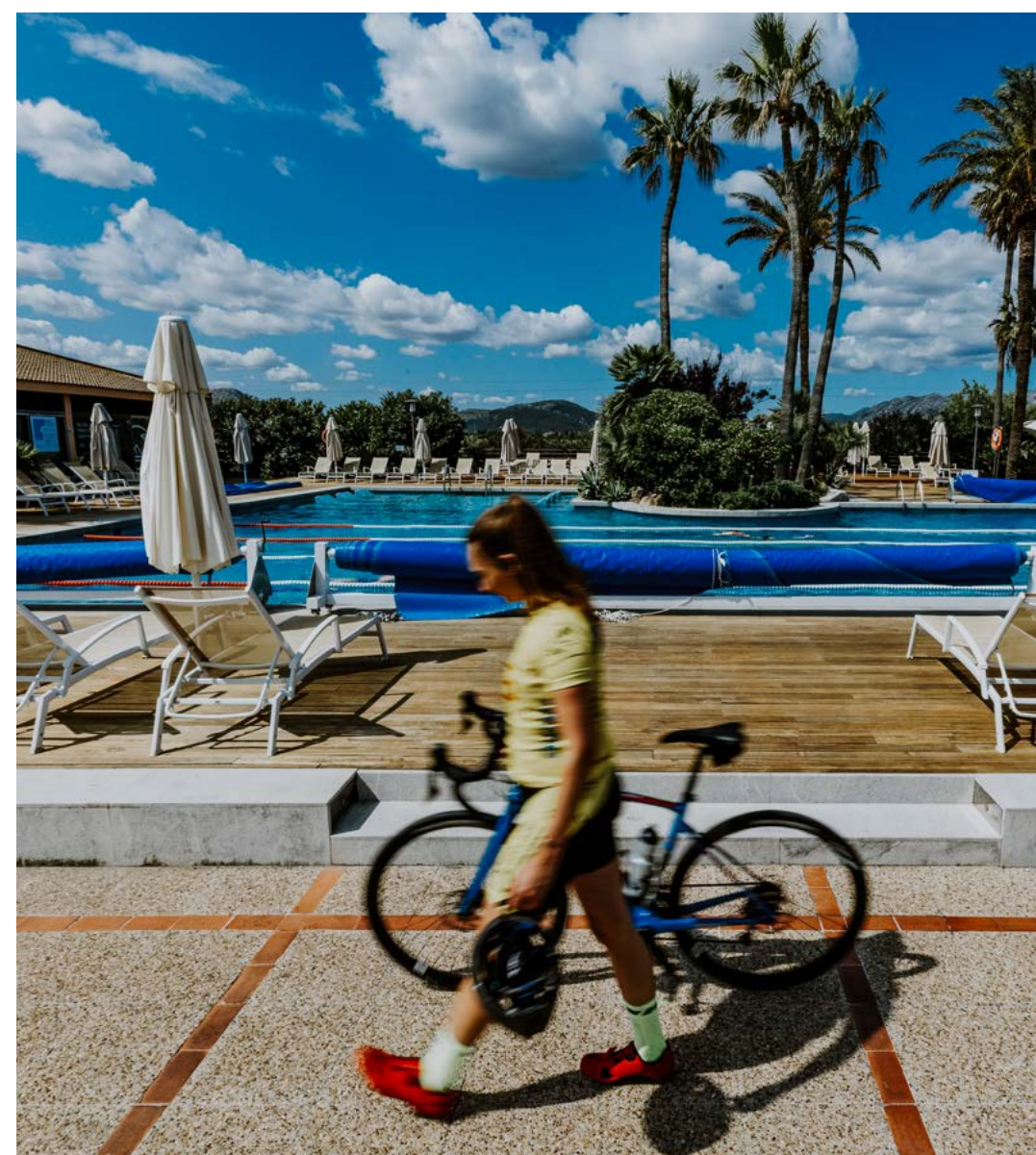
# **SOBRE MALLORCA**

## **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

## **PARTICIPAÇÕES CONFIRMADAS**

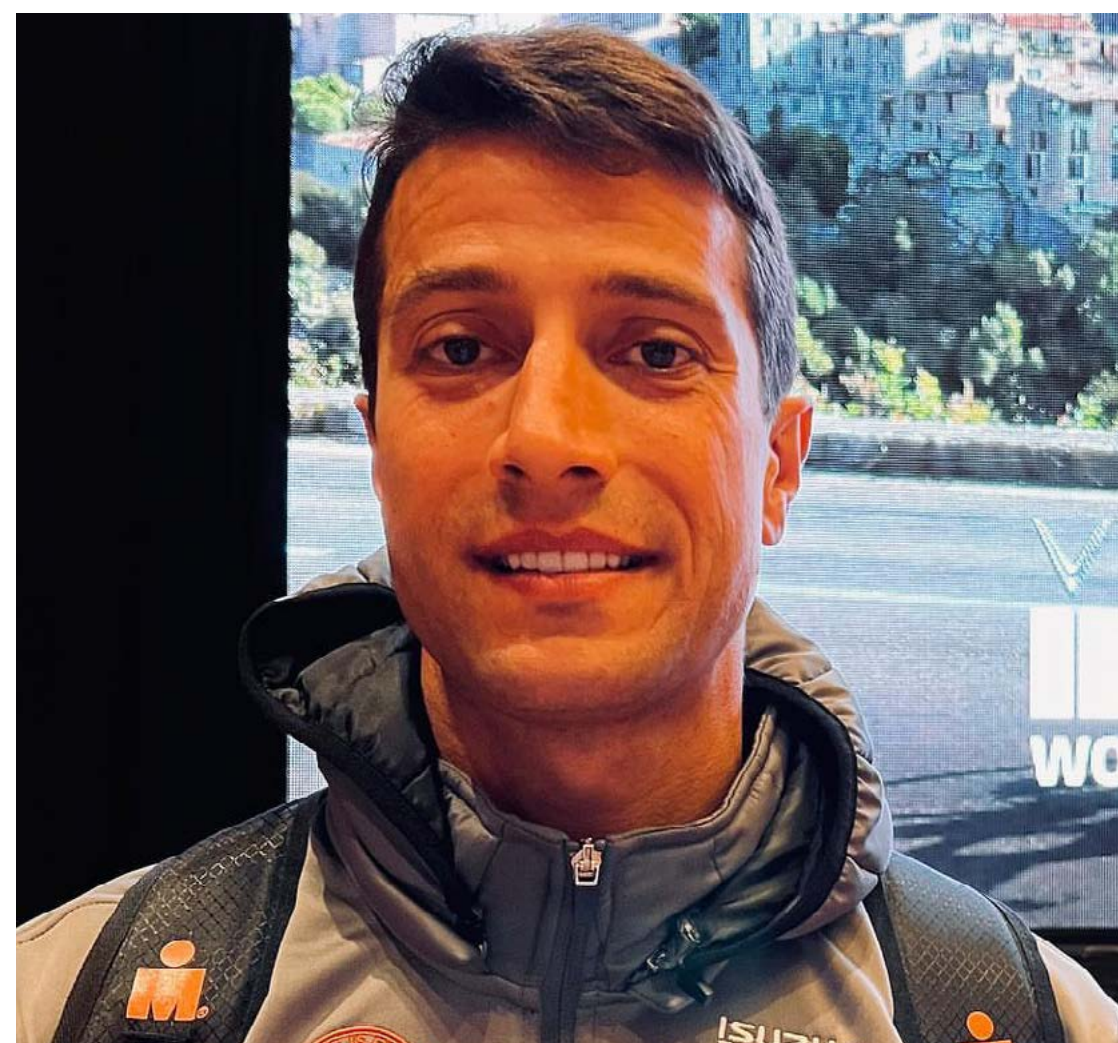
Experiências para além do pedal

- Imersão no gelo e meditação com Raissa Rossi e André Sanches.
- Bate-papo sobre marketing esportivo com Ana Cecília e Felipe Bergamini.



**Raissa Rossi**

@raissadesouzarossi



**André Sanches**

@af.sanches



**Ana Cecília Bergamini**

@cicabergamini



**Felipe Bergamini**

@felipebergamini



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

Nossa programação semanal é pura diversão, com um volume de 20 a 25 horas de treinos. Começamos o dia com um buffet de café da manhã completo e balanceado, seguido pelo briefing técnico. Neste briefing, todos já prontos para sair pra pedalar, ouvem as instruções sobre a rota do dia, altimetria, quilometragem, grau de dificuldade ou alguma observação especial.

Dividimos nossos pelotões em 3 ou 4 grupos e saímos para as montanhas com o carro de apoio circulando entre eles.

Ao retornar do pedal, nossos atletas geralmente fazem um recovery no SPA ou no Headquarters da ASL, com equipamentos fornecidos pela Max Recovery, como botas de compressão, Game Ready, Hyperice e Venom.

Para os acompanhantes, temos sugestões de tour para conhecer a paradisíaca Ilha de Mallorca, com suas cidades pitorescas como Valldemossa, Soier e atrações como as Cavernas de Drach e o complexo do tenista Rafael Nadal.

**MAX**  **RECOVERY**  
OPTIMIZING PERFORMANCE

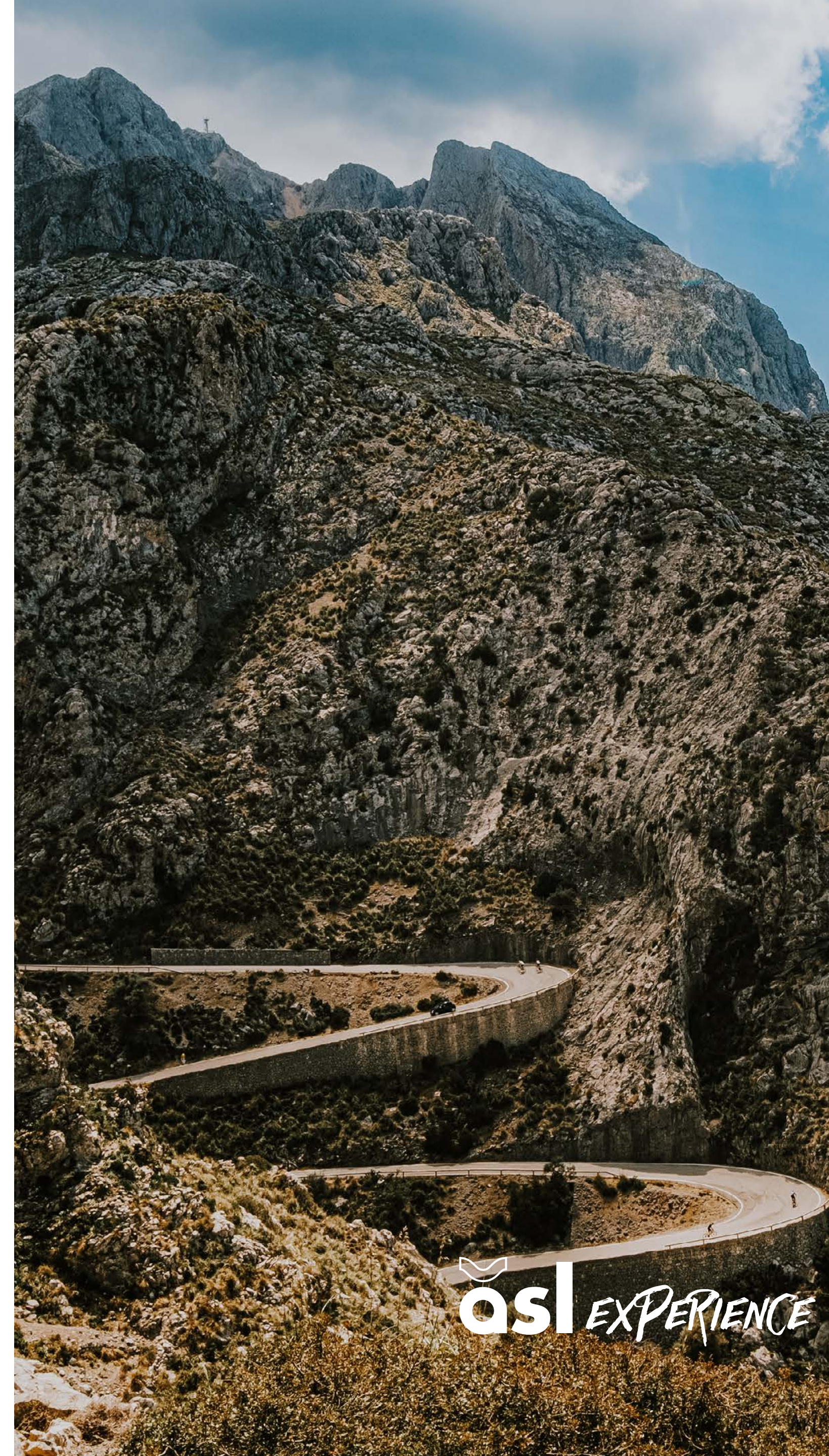
 **asl** EXPERIENCE



## PROGRAMAÇÃO COMPLETA PARA CICLISTAS DE VARIADOS NÍVEIS

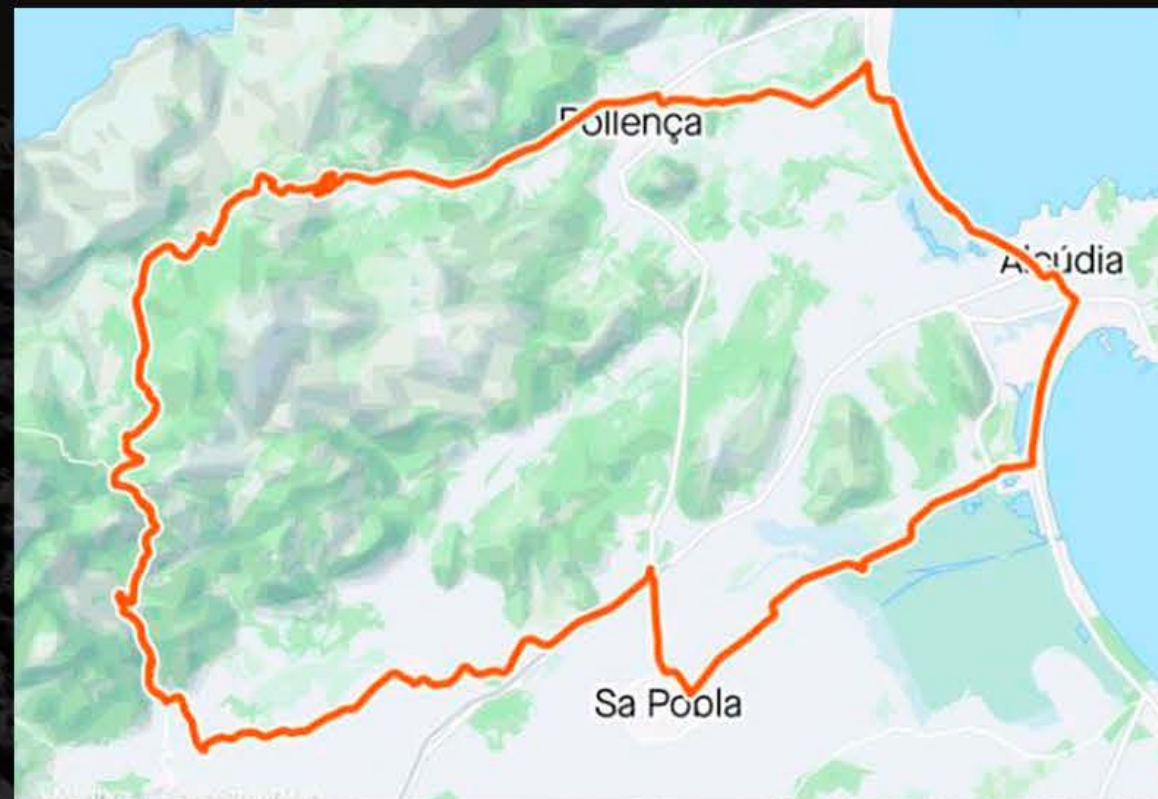
Dividiremos nossos atletas em 4 grupos de acordo com o nível de condicionamento, cada grupo conta com um guia super experiente. Sairemos juntos em pelotão e retornaremos juntos.

O volume dos treinos varia entre 400km e 600km semanais, com variação de 6000 a 8000 m de altimetria, por entre uma das paisagens mais incríveis que você vai ver na sua vida.



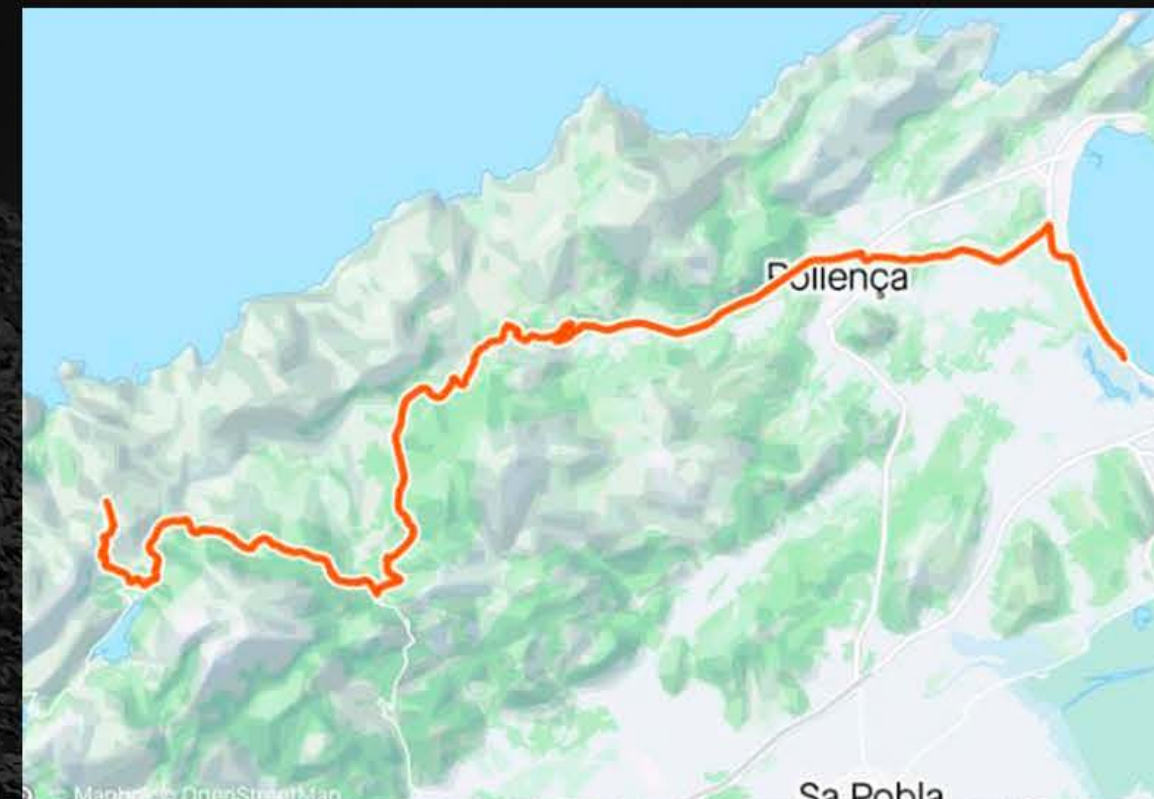
asl EXPERIENCE

# NOSSAS ROTAS



Distância  
**71,89 km**

Ganho de elevação  
**851 m**



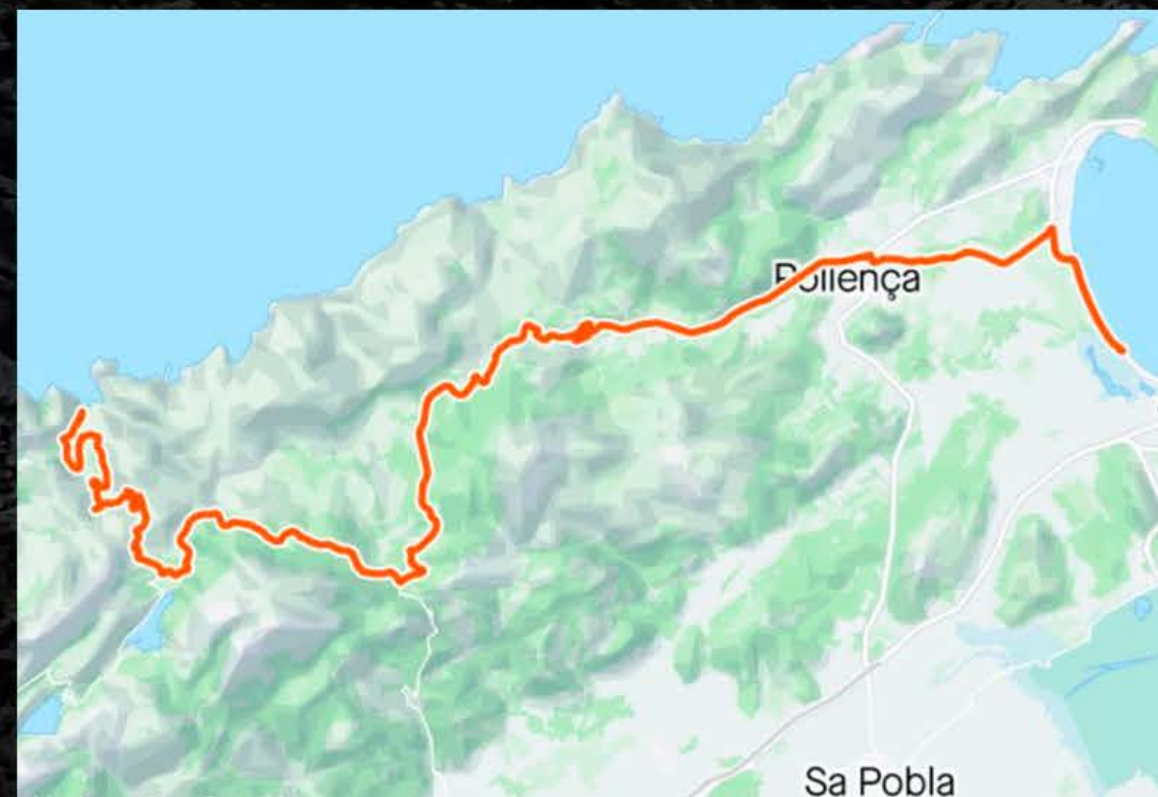
Distância  
**82,48 km**

Ganho de elevação  
**1.385 m**



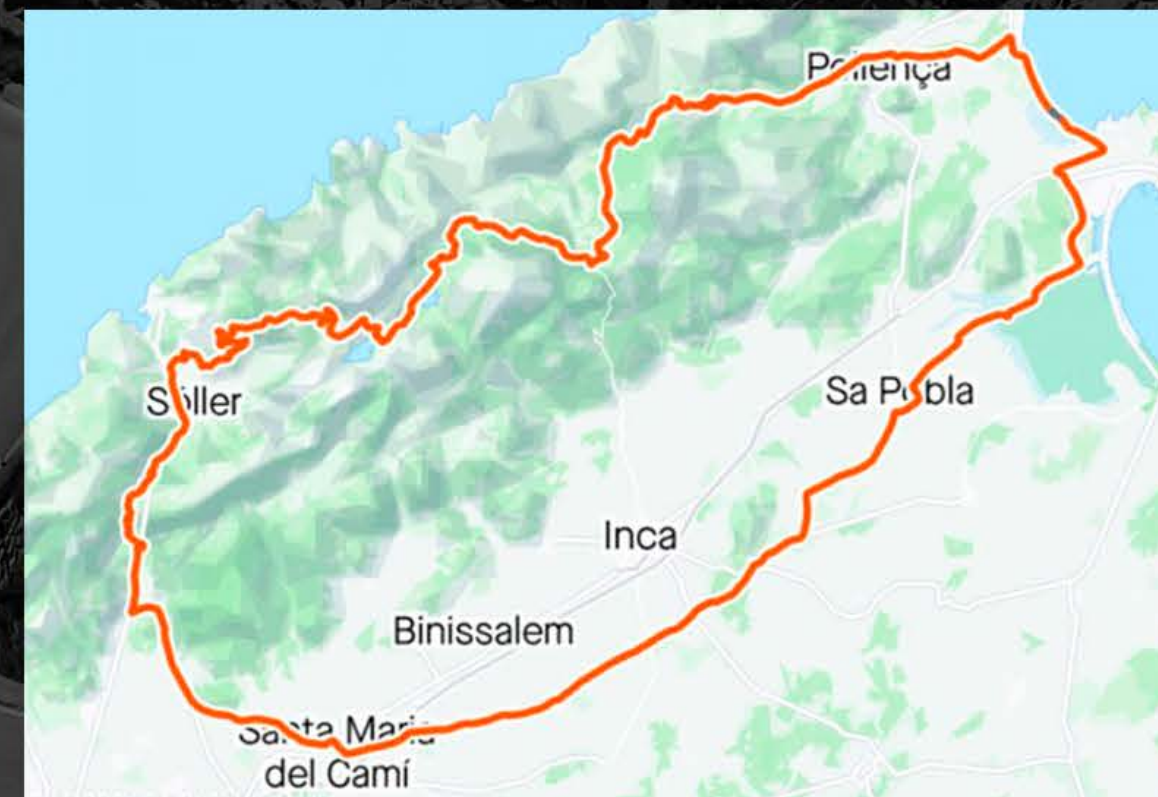
Distância  
**110,60 km**

Ganho de elevação  
**2.064 m**



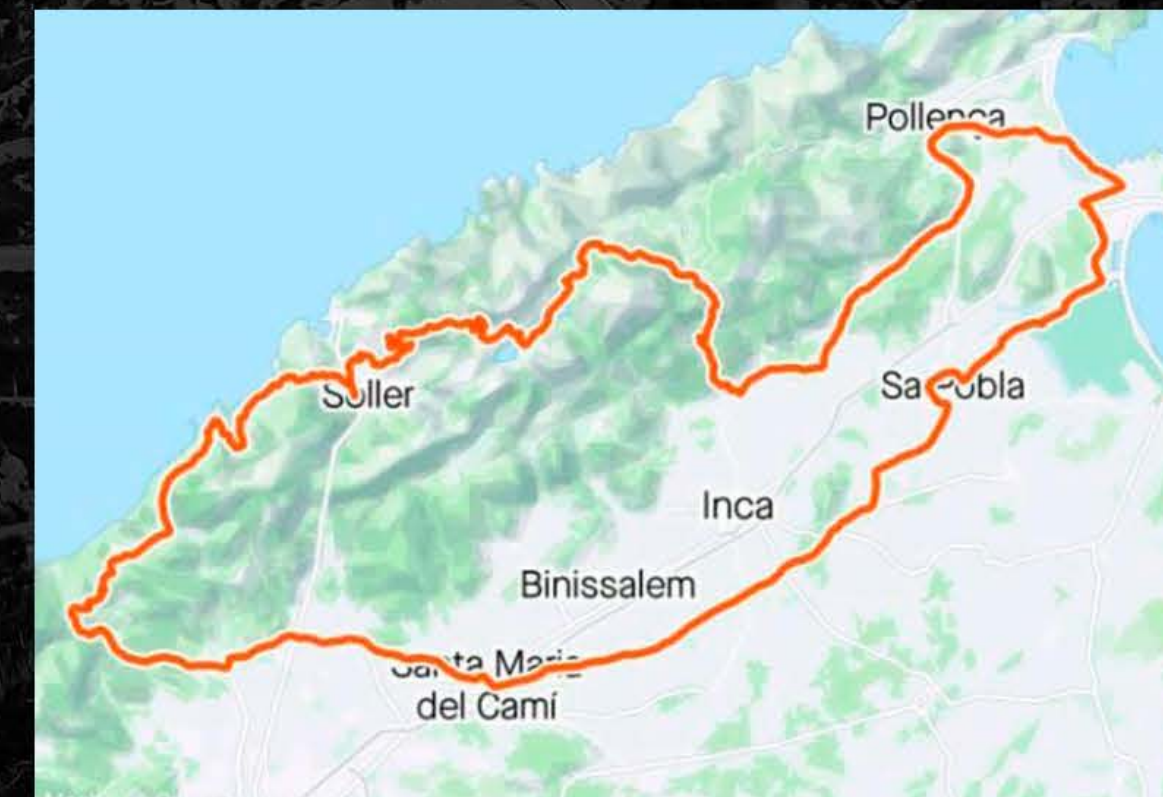
Distância  
**120,01 km**

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**

\*Treino feito apenas pelos atletas do GRUPO 1.



## 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 preparados para acompanhar diferentes níveis e distâncias.
- 10 dias de seguro viagem com cobertura para ciclismo.
- Carro de apoio nos treinos, com hidratação e snacks disponíveis.
- Kit Atleta ASL com jersey by Safetti.
- Acesso à academia do hotel.
- Passe diário de 01 hora para utilização do SPA do hotel.
- Auxílio integral do time ASL.
- Um tour de dia inteiro para acompanhantes, passando pelas cidades de Valldemossa, Sóller e Deia.

### OPCIONAIS

- Transfer de chegada e saída - R\$ 850 por pessoa.
- Montagem e desmontagem da bike - R\$ 600 por bike.

## INVESTIMENTO

### APARTAMENTO **MARIS STANDARD**

- ▶ VALOR EM EUROS
- ▶ VALOR EM REAIS

**SINGLE**

EUR 1.996  
R\$10.780

**DUPLO**

EUR 1.683  
R\$9.090

### APARTAMENTO **VILLAGE PLUS**

- ▶ VALOR EM EUROS
- ▶ VALOR EM REAIS

**SINGLE**

EUR 2.313  
R\$12.490

**DUPLO**

EUR 1.941  
R\$10.480

### APARTAMENTO **SUITE PLUS**

- ▶ VALOR EM EUROS
- ▶ VALOR EM REAIS

**SINGLE**

EUR 2.979  
R\$16.090

**DUPLO**

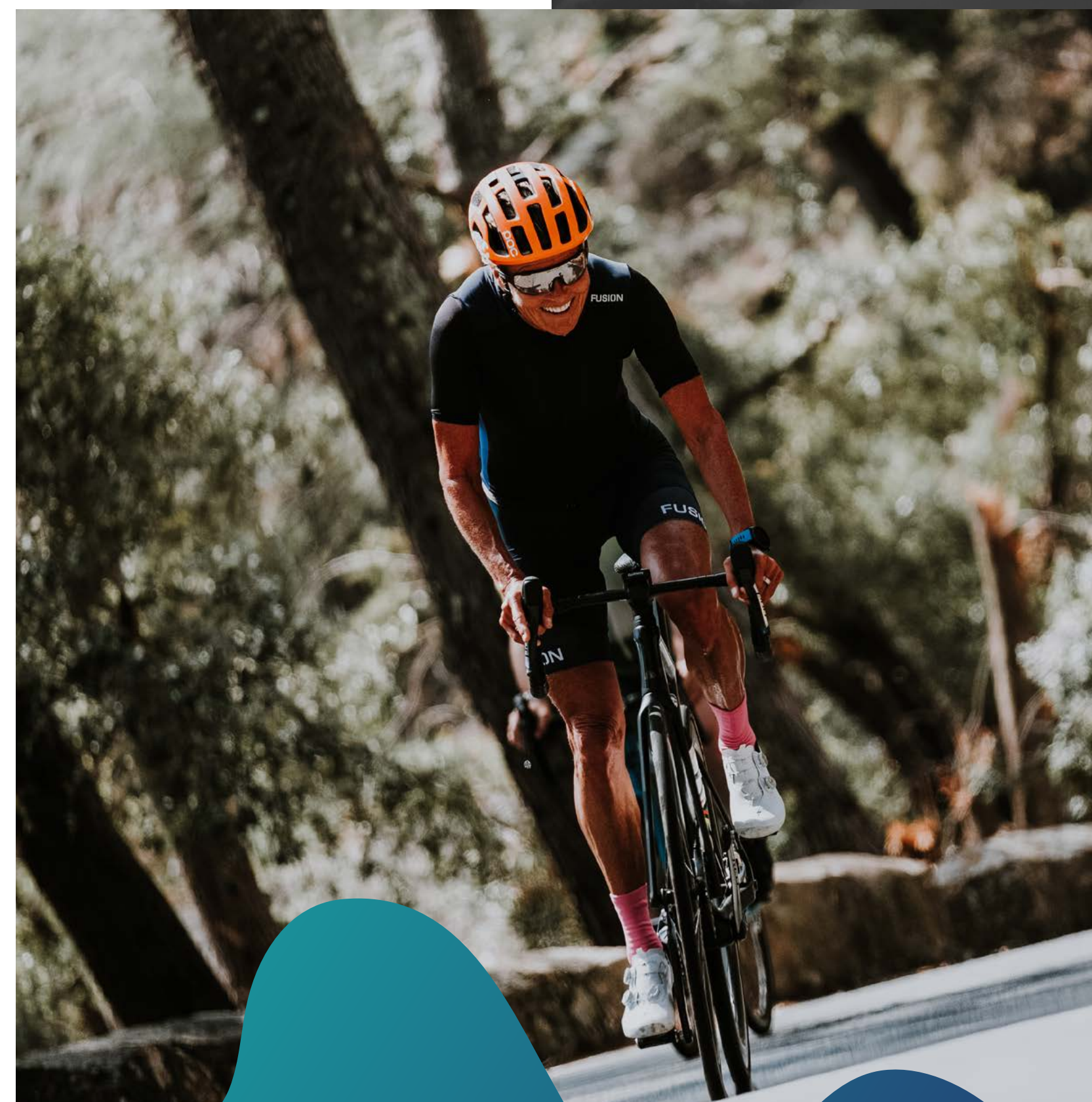
EUR 2.054  
R\$11.090

\*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.

Para acompanhantes, garantimos um desconto de R\$500.

## PAGAMENTO

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



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

**Atendimento**

 +55 11 91699-6750

 [grupos@padraoasl.com.br](mailto:grupos@padraoasl.com.br)

**Petrus Ravazzano**

 +55 31 99150-2222

 [petrus@padraoasl.com.br](mailto:petrus@padraoasl.com.br)



**CONHEÇA MAIS O #PADRÃOASL**

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

 [www.athletelogistics.com.br](http://www.athletelogistics.com.br)

