## Triathletin Maja Betz trainiert im Das Hohe Salve Sportresort Die Pletzer Resorts bieten Leistungssportlern optimale Bedingungen und Infrastruktur für ihr Training.

Die deutsche Triathletin **Maja Betz** absolvierte im **Das Hohe Salve Sportresort** sowie im **Das Walchsee Aktivresort** ihr Wintertraining. Die Profi-Athletin zeigte sich von den vielseitigen Trainingsmöglichkeiten, der fachkundigen Beratung sowie der persönlichen Betreuung und Herzlichkeit in den Pletzer Resorts sichtlich begeistert.

Maja Betz ist zweifache und amtierende Deutsche Meisterin auf der Triathlon-Langdistanz (2022, 2023) sowie auf der Duathlon-Mitteldistanz (2023). Das Hohe Salve Sportresort hat die Spitzensportlerin aus vielen Gründen zum Ziel ihres Winter-Trainingslagers gemacht: „Das Pletzer Resort konnte mir ein durchdachtes **Gesamtkonzept** anbieten. Das **25 m Sportbecken** im Hotel ist für mich perfekt zum Trainieren. Ebenso die vielen Möglichkeiten zum **Laufen** und **Radfahren** in der Region Hohe Salve“, berichtet Maja Betz. Die Move & Relax Philosophie der Pletzer Resorts war für Maja Betz sehr ansprechend. Das wissenschaftlich fundierte Zusammenspiel aus Bewegung, Regeneration und gesunder, vitaler Ernährung konnte die Triathletin auf der ganzen Linie überzeugen. **Patrick Koller** ist Leiter des Move Bereichs in den Pletzer Resorts. Der ehemalige **Olympiateilnehmer im Skicross** und **Sportwissenschaftler** begleitete die Triathletin durch ihre Trainingswoche. Ein Highlight des Aufenthalts von Maja Betz war sicherlich der Ausflug in Das Walchsee Aktivresort zum **Eisbaden im zugefrorenen Walchsee**. „Es war eine neue, inspirierende Erfahrung“, erzählt die Sportlerin, „unter der Anleitung von Patrick Koller konnte ich Atemtechniken und viele interessante Aspekte lernen, die das Eisbaden zum Energie-Boost machten.“

Sportler finden in den Pletzer Resorts alles, was ein effektives Training ausmacht. Triathleten und andere (Ausdauer)sportler profitieren von unzähligen **Lauf- und Rennradstrecken**, die direkt vor der Haustür in die vielfältige Natur führen. Die Umgebung der Pletzer Resorts erweist sich als **abwechslungsreiches Trainingsterrain**: Beim **Trailrunning** über Stock und Stein, bei einer **Mountainbiketour** in die Berge oder beim **Langlaufen** im Winter als perfektes Ganzkörpertraining. Für das **Schwimmtraining** erschließen sich großartige Möglichkeiten: Die Pletzer Resorts verfügen, wie kaum ein anderes Hotel, über ein **25 m Sportbecken**, in dem auch im Winter trainiert und an der Schwimmtechnik gefeilt werden kann. Zur Unterstützung stehen dafür bei Bedarf auch erfahrene Coaches bei. Der kristallklare **Walchsee** bietet zudem **natürliche Trainingsbedingungen im Kaltwasser**.

Die Pletzer Resorts haben sich aufgrund ihrer einzigartigen **Move & Relax Philosophie** in der Sport-Community einen großen Namen gemacht. Diese wurde gemeinsam mit dem **österreichischen Skisprung-Olympiasieger Toni Innauer** und dem Institut für Sportwissenschaften der Universität Innsbruck erarbeitet. Im **Move Bereich** trainieren Sportler mit modernen, funktionellen Fitnessgeräten. Große Kompetenz beweisen die **professionellen Sportwissenschaftler** und **Coaches** in den Pletzer Resorts, die Sportlern während ihrer Trainingsaufenthalte beratend und unterstützend zur Seite stehen – zum Beispiel beim Leistungscheck in Form einer **Bioelektrischen Impedanzanalyse** oder bei der **Spiroergometrie**. Weil im Spitzensport nicht zuletzt die entsprechende **Regeneration** für den Trainingserfolg ausschlaggebend ist, spezialisiert sich der **Relax Bereich** in den Pletzer Resorts auf hochwertige und maßgeschneiderte **Massagen**, **Behandlungen** und **Entspannungsangebote**. Jeder Aspekt effizienter Trainingsaufenthalte findet in den Pletzer Resorts Beachtung. So ergänzt ausgewogene **Energy Küche** das Training mit einer abgestimmten Ernährung aus regionaler Kost. Die eigens zusammengestellten Gerichte werden von top-ausgebildeten und erfahrenen Küchenchefs kreiert und unterstützen Sportler dabei, Höchstleistungen zu vollbringen.

Maja Betz stellt den Pletzer Resorts ein gutes Zeugnis aus. „Ich kann Das Hohe Salve Sportresort und Das Walchsee Aktivresort nur weiterempfehlen“, sagt sie, „sowohl an Sportkollegen als auch an bewegungsaffine Menschen. Das ist eine echte Sportdestination, die keine Wünsche offen lässt. Und einmal abgesehen von den guten Trainingsbedingungen – die **Herzlichkeit des Resort-Teams**, von den Coaches bis zum Housekeeping – ist eine wahre Freude.“ So die erfolgreiche Triathletin.

4.430 Zeichen

**Abdruck honorarfrei,**

**Belegexemplar erbeten!**