



rajska
APARTHOTEL

**MILE-HIGH
FITNESS
JAHORINA**
trening centar na 1640m n.m.v.

AMBASSADOR PROGRAM

Profesionalno se bavite fitnessom? Želite svojim klijentima ponuditi učinkovit program i unaprijediti njihov progres i motivaciju? Organizujte svoj Fitness kamp u MHF Jahorina!

Nudimo vam smještaj na bazi polupansion u novom aparthotelu Rajska na Jahorini, potpuno opremljen zatvoreni i otvoreni trening prostor, korištenje spa centra za oporavak i veliki izbor fakultativnih aktivnosti i obilazaka.

Uz sve to, kompletna usluga za trenera je besplatna!

MILE-HIGH FITNESS JAHORINA

trening centar na 1640m n.m.v.

rajska
APARTHOTEL

Trening na planini

Treningom na visini poboljšavate kardiovaskularnu kondiciju, izdržljivost, jačate mišiće, ostvarujete veće kalorijsko sagorijevanje, uz povoljan uticaj na mentalno zdravlje, te brži oporavak i regeneraciju tijela. Na raspolaganju vam je kardio kabinet, rigovi, olimpijske šipke, bumperi, dumbelli, kettlebelli, wallballi, GHD...

Spa za opuštanje i oporavak

Poslije treninga provedite vrijeme u našoj spa zoni čime postižete efekte ublažavanja napetosti mišića, poboljšanja cirkulacije krvi, smanjenja upale i bolova, te opuštanja uma i tijela, što sve zajedno podržava brži i efikasniji oporavak nakon fizičke aktivnosti.

Polupansion prilagođen sportistima

Zdrava **ishrana** pruža osnovu za optimalne sportske performanse, oporavak i opšte zdravlje. Prema Google reviews, restoran aparthotela Rajska je najbolje ocijenjen na Jahorini.

Smještaj u luksuznim apartmanima

Za dobar trening potreban je dobar odmor. Opustite su u moderno namještenim apartmanima u mirnom planinskom okruženju. Odmorite se od ljetne vreline u prijatnoj klimi Jahorine, gdje svaki naš apartman ima terasu i sjajan pogled na okolnu prirodu.

Individualni i grupni paketi

Možete doći kao grupa sa svojim trenerom ili pojedinačno uz mogućnost priključenja našem trening programu. Trajanje i intenzitet programa je vaš izbor.

Fakultativne aktivnosti i obilasci

U ponudi imamo širok spektar fakultativnih obilazaka i aktivnosti: vožnja kvadovima, gondolom i planinskim bobom, šetnje Jahorinom, obilasci ferate Sokolov put, vrela Miljacke, pećine Orlovače, Sarajeva - samo su neke od opcija koje će vaš odmor učiniti nezaboravnim.

MILE-HIGH FITNESS JAHORINA

trening centar na 1640m n.m.v.

rajska
APARTHOTEL

Kardio kabinet

U kardio kabinetu su smještene dva Assault AirBike-a, dva Concept2 rowera, Glute-Ham-Developer, kao i oprema za mobility i stretching.

Spisak ostale opreme

10 olimpijskih šipki, 400+ kg bumper tegova, 2 ravne klupe, 6 pliometrijskih kutija, 2 pancirke za vježbanje, 10 kettlebell-a, 20 dumbbell-a, 9 medicinski - wall ball, 10 vijača za preskakanje, 10 ab-mat podloški, 6 pari drvenih karika, dupli set lastika za vježbanje, GHD sprava...

Weightlifting sala

U zatvorenom weightlifting prostoru je smješten dupli rig sa vratilima, užadima za penjanje i wallball metama. Sala je potpuno pokrivena gumenim podom.

Vanjski rig

Vanjski rig sa 4-6 radnih stanica, wall ball metama, užadima za penjanje. Gumirana platforma za vježbanje od cca. 60m²

Spa zona

U spa zoni aparthotela Rajska vam je na raspolaganju sauna, hidromasažna kada, tuš doživljaja i topla klupa.

Trail staze i ostali trening sadržaji

Jahorina je planina sa velikim brojem trail staza različitog stepena težine. Postala je prepoznatljiva kao "trail" destinacija zahvaljujući takmičenjima poput Jahorina Ultra Trail, Termag Challenge Race i drugim. Trail trčanje ili šetnja sa ili bez opterećenja je sjajan dodatak i osvježanje za vaš trening program.

Pored toga, na Jahorini se nalazi par javnih vanjskih vježbališta, sportskih terena, a u neposrednoj blizini je i vještačko jezero na Ravnoj planini gdje je u ljetnim mjesecima moguće organizovati plivački trening.

MILE-HIGH FITNESS JAHORINA

trening centar na 1640m n.m.v.

rajska
APARTHOTEL

Smještaj

MILE-HIGH FITNESS se nalazi u apartotelu Rajska na Jahorini. Na raspolaganju su vam tri tipa apartmana: jednosobni - maksimalnog kapaciteta 4 gosta, dvosobni - maksimalnog kapaciteta 6 gostiju i trosobni za maksimalno 8 gostiju. Svaki apartman ima potpuno opremljenu kuhinju sa dnevnim boravkom, minimalno jednu terasu, Wi-Fi konekciju, kablovsku TV, jedno ili par kupatila. Aparthotel raspolaže sopstvenim parkingom i garažom.

Restoran

Restoran u apartotelu Rajska je najbolje ocijenjen ugostiteljski objekat na Jahorini prema Google reviews. Pored ugodne atmosfere i jedinstvenog pogleda, restoran raspolaže kamin salom i velikom terasom, idealnom za opuštanje na suncu.

Spa

U sklopu spa zone apartotela Rajska, na raspolaganju vam je sauna, hidromasažna kada, tuš doživljaja i topla klupa.

Korisni linkovi

Aparthotel Rajska

Internet stranica: www.rajskajahorina.com

Instagram: [@centrala.rajska.jahorina](https://www.instagram.com/centrala.rajska.jahorina)

Mile-High Fitness

Internet stranica: www.rajskajahorina.com/mhf

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

Olimpijski centar Jahorina

Internet stranica: www.oc-jahorina.com

**MILE-HIGH
FITNESS
JAHORINA**
trening centar na 1640m n.m.v.

rajska
APARTHOTEL

Ambasador program

Treneri koji organizuju sopstveni kamp za grupe od 5 i više članova, borave **besplatno** u apartotelu Rajska, sa uključenom uslugom polupansiona.

Fitness Retreat paket

Smještaj u apartmanima kapaciteta 4-8 osoba sa uključenom uslugom polupansiona, 1 sat dnevno u spa, 2 sata dnevno u trening zoni.

od 45,00 EUR dnevno

* cijene su izražene po osobi i podložne su izmjenama u zavisnosti od broja učesnika i dužine boravka