

MÁRCIUSI SÍFUTÓ TÁBOR

St.Jakob am Walde

2012. 03. 09 – 11.

Januári sífutó táborunk sikerein felbuzdulva, szeretettel invitálunk meg Titeket márciusban is egy hasonlóan jó hangulatú sífutásra. A helyszín ugyanaz, St. Jakob im Walde nagyszerű pályái, és a kellemes hangulatú Gasthof, kb. 10 perc autókázásra a pályától. Gyere, és ha még nem próbáltad, tanul meg a sífutás alapjait, hogy aztán akár a Normafán, vagy bárhol, ahol havas szakaszt találsz élvezhesd ezt az ősi mozgásformát. Ha már próbáltad, akkor azért gyere, hogy gyakorolj, fejlődj, erősödj...



A sífutás a legegészségesebb sportok egyike; szabad levegőn végzett cardio mozgás, amely jótékony hatással van a szívre, érrendszerre, egyszerre zsírégető és állóképesség fejlesztő, kíméli az ízületeket, szórakoztat és kikapcsol. Megfelelő intenzitás mellett bőven felér egy jó tempójú futó- vagy kerékpáredzéssel. 3 nap után garantáltan minden felszíni- és mélyizmodat érezni fogod, olyat is, aminek a létezéséről nem is tudtál!

A megszokott jó hangulat és a szakmaiság továbbra is garantált.



Szállás: Gasthof Geier

30 ágyas családi hangulatú panzió, szaunával, fitness-szigettel és egy tánc klubban a szomszédban kellemes étteremmel, a régióra jellemző ételekkel és atmoszférával várja vendégeit. Kétféle szoba foglalható:

Komfort: tusoló/WC bent van a szobában

Standard: tusoló/WC a folyosón

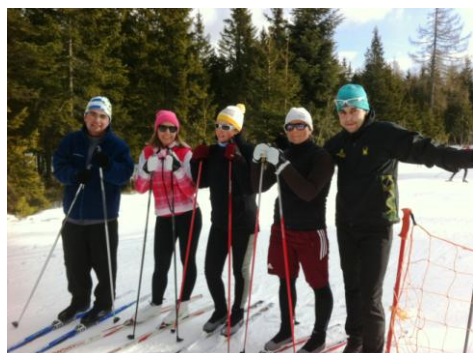
Ellátás: teljes panzió (reggeli, ebéd és vacsora)

Program:

Márc. 9. péntek: utazás egyénileg, délután 14-től sífutás oktatással

Márc. 10. szombat: reggeli után délelőtt kb. 2 órás sífutóoktatás, kezdve az alapoktól, délben egy könnyed ebéd és pihenő után, irány vissza a sífutó pályára és a délelőtt tanultak begyakorlása

Márc. 11. vasárnap: reggeli után, ismét tanulás, gyakorlás, ebéd után kijelentkezés a szállodából, délután utazás haza.



Részvételi díj / fő / 2 éjszaka

Felnőtt komfort szobában: 139 EUR/fő

Gyerek komfort szobában: 129 EUR/fő

Felnőtt standard szobában: 119 EUR/fő

Gyerek standard szobában: 109 EUR/fő

Az árak tartalmazzák:

- szállást, teljes panziót, idegenforgalmi adót, baleset-, betegség- és poggyászbiztosítást
- sífutó lécek bérlését,
- sífutó pálya használatát,
- oktatást,

Az árak nem tartalmazzák: útlemondási biztosítást, utazási költségeket