

Langlauf-Schnupperkurse Skating/Classic 1

Kurs 502 und 503

Dank den riesigen Erfolgen, welche Dario Cologna in den letzten Jahren feiern durfte, hat der Langlaufsport auch in der Schweiz extrem an Popularität gewonnen. Ob jung oder alt, klein oder gross, Langlaufen ist Hochleistungssport, Vergnügen, Gesund und macht Spass.

An zwei Samstagen bietet Bert Baumann Einsteigern die Möglichkeit, diese wunderbare Sportart zu lernen.

Datum: 502 Samstag, 12. Januar 2019
503 Samstag, 9. Februar 2019

Treffpunkt: Kurs 502, Kurs 503
10.00 – 11.30 Uhr, Skating
13.00 – 14.30 Uhr, Classic
Thurtalloipe Ebnat-Kappel
(Einstieg Rest. Schützengarten)
oder Panoramaloipe Scherb/Bendel

Kosten: Leitung: CHF 30.–
Mietausrüstung: CHF 20.– (LL-Ski, LL-Schuhe und LL-Stöcke)

Dauer: ca. 90 Minuten

Ausrüstung: **technische Ausrüstung:**

- Skating-Ski (falls vorhanden, sonst spome Mietmaterial)
- Skating-Schuhe (dito)
- Skating-Stöcke (dito)

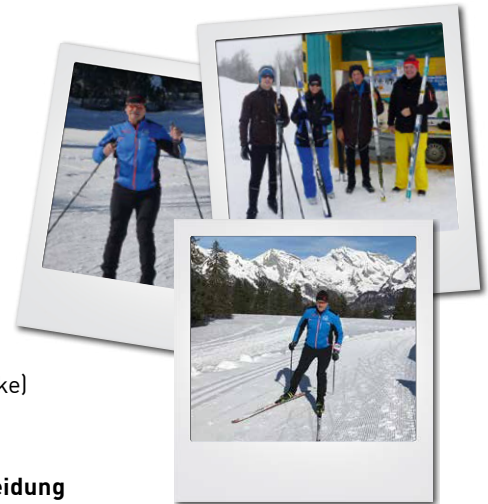
Diverses:

- Sonnenbrille, Sonnencreme
- Trinkflasche gefüllt

Teilnehmer: mindestens 4 Personen je Kurs, Anmeldung erforderlich

Durchführung: Auskunft telefonisch am Vortag ab 17.00 Uhr unter 071 988 71 61
Sofern genügend Schnee vorhanden ist und das Wetter passt, findet der Kurs statt.
Wenn im Tal zu wenig Schnee liegt, steht als Alternative die Scherb-Loipe (Hemberg) zur Verfügung.

Leitung: Bert Baumann, Ebnat-Kappel



Bekleidung

- leichte, funktionelle Jacke und Hose
- Unterbekleidung im Schichtenprinzip
- leichte Handschuhe
- Stirnband oder Mütze

Anmeldung für Abenschneeschuhtour

Name _____ Vorname _____

Strasse _____ PLZ / Ort _____

Mobil _____ E-Mail _____

Kurs-Nummer _____

LL-Material vorhanden (wenn nicht, bitte Körpergrösse, Gewicht und Schuhgrösse angeben): ja nein

Körpergrösse _____ Gewicht _____ Schuhgrösse _____

SPORT TO THE PEOPLE

INTERSPORT Metzger Telefon +41 (0)71 988 71 61
Schomattenstrasse 8 spome@sport-metzger.ch
9630 Wattwil www.sport-metzger.ch

 **INTERSPORT**[®]
METZGER