

Langlauf- & Schwimmwochenende in Zernez (GR)



Gerne möchten wir Dich über unser exklusives Sport-Wochenende in Zernez informieren. In Kleingruppen (deinem Niveau entsprechend) haben wir für Dich spannende Trainingseinheiten zusammengestellt. Am Vormittag erhältst Du wertvolle Inputs zur Verbesserung Deiner Kraul-Schwimmtechnik inklusive angepassten Schwimmübungen. Den Nachmittag verbringst auf den Loipen und lernst oder verbesserst deine Skate-Technik unter der Engadiner Sonne.

Infos

Datum: 7.-9. Februar 2025

Ort: Zernez (GR)

Trainingseinheiten: 2 x 90 Min. Schwimmen (Kraul) und 2 x 90 Min. Langlauf (Skating)

Unterkunft: Hotel Spöl

Verpflegung: Halbpension (Frühstück & Abendessen)

Kosten: 500.- (Doppelzimmer) 570.- (Einzelzimmer)

Im Preis inbegriffen sind:

- 2 Übernachtungen mit Halbpension im Hotel Spöl
- Wasserreservation im Schwimmbad "Familienbad Zernez"
- Badeintritt
- Loipenpasse (2 Tage)
- 2 x 90 Min. Schwimmlektionen
- 2 x 90 Min. Langlauflektionen

Die Schwimmtrainings werden im 25 Meter Becken unter der Leitung von Szilard Csoke (Swimatic) stattfinden. Dieter Lüscher wird die Skatinglektionen auf den Loipen in und um Zernez durchführen.

Anmeldung:

Schriftliche Anmeldung **bis am 1. Januar 2025** an s.csoke@swimatic.ch

Die Anmeldung muss folgende Informationen beinhalten:

- Vor- und Nachname - Adresse
- Telefonnummer
- Zimmerkategorie (Einzel- / Doppelzimmer)
- Essen: Fleisch oder Vegi
- Kurze Beschreibung Deines Niveaus im Schwimmen (Kraul) & Langlauf (Skaten)

Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 16 Teilnehmende begrenzt. Bei Interesse empfehlen wir eine frühzeitige Anmeldung.

Bei Fragen stehen wir gerne zur Verfügung:

Dieter Lüscher: dieter_luescher@bluewin.ch , +41 79 446 47 64

Szilard Csoke: s.csoke@swimatic.ch , +41 79 796 75 85

Über Deine Teilnahme am sportlichen Wochenende im zauberhaften Engadin freuen wir uns.

Dieter & Szilard