

Detailprogramm & Inhalt 3-Tages Camps – Nordic Pauschalen

- Langlaufunterricht für Einsteiger und Fortgeschrittene in verschiedenen Stärkeklassen
- Unterricht in Skating (Schwergewicht) & Klassischer Technik
- Inklusive Skating und Klassisch Equipment von Suvretta Sports – St. Moritz Nordic
- Gratis-Skidepot im Outdoorcenter St. Moritz, OVAVERVA
- Quickcheck – Materialkunde im Langlaufzentrum St. Moritz
- Langlauf Loipenpass für 3 Tage
- Daten: 13. Dez.-16. Dez. 2018 // 17.-20. Januar 2019

Ablaufplan für Season Opening Camps / Short Camps/ Langlauf und Nordic

3 Tagescamp

Donnerstag Abend
Freitag 09.30

Anreise, Hotel Check-in in einem der Partnerbetriebe
Begrüßung, Informationen, Materialausgabe, Beratung
im Langlaufzentrum St. Moritz, OVAVERVA

10.00 Uhr - 12:00 Uhr
14.00 Uhr - 16:00 Uhr
17:30 Uhr - 18.30 Uhr

Skating Block
Klassisch Block
Yoga Einheit

Samstag

10:00 Uhr - 12:00 Uhr
14.00 Uhr - 16:00 Uhr
17:30 Uhr - 18.30 Uhr

Skating Block
Klassisch Block
Yoga Einheit

Sonntag

07:00 Uhr - 08.00 Uhr
10:00 Uhr - 12:00 Uhr

Yoga Einheit
Skating Block

- Duschen und Umkleidekabinen stehen im Langlaufzentrum St. Moritz, OVAVERVA zur Verfügung
- Kursteilnehmer erhalten bei Materialbezug einen kostenlosen Depotschrank, wo das Material eingestellt werden kann.