



## WOMEN'S LANGLAUFTAGE SONNTAG, 16. BIS MITTWOCH, 19. JANUAR 2022

### Sonntag, 16. Januar 2022

15.00 – 18.00 Uhr

Ab 18.30 Uhr

Materialbezug bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide

Individuelles Abendessen in den Hotels

### Montag, 17. Januar 2022

Ab 08.30 Uhr

09.30 Uhr

09.45 – 12.00 Uhr

12.00 – 14.00 Uhr

14.00 – 15.30 Uhr

14.00 – 16.00 Uhr

Ab 18.30 Uhr

Materialbezug bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide

Treffpunkt für den Langlaufunterricht\*

Langlaufunterricht nach Stärkeklassen

Mittagessen in den Hotels

Freies Langlaufen mit Betreuung oder Nutzung der hoteleigenen Wellnessoase

Geführte Schneeschuhtour mit Activ Sport Baselgia\*\*

Individuelles Abendessen in den Hotels

### Dienstag, 18. Januar 2022

Ab 08.30 Uhr

09.30 Uhr

09.45 – 12.00 Uhr

12.00 – 14.00 Uhr

14.00 – 15.30 Uhr

Ab 18.30 Uhr

Materialbezug bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide

Treffpunkt für den Langlaufunterricht

Langlaufunterricht nach Stärkeklassen

Mittagessen in den Hotels

Freies Langlaufen mit Betreuung oder Nutzung der hoteleigenen Wellnessoase

Individuelles Abendessen in den Hotels

### Mittwoch, 19. Januar 2022

Ab 08.30 Uhr

09.30 Uhr

09.45 – 12.30 Uhr

13.00 Uhr

Bis 15.00 Uhr

Materialbezug bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide

Treffen und Warm-up in der Gruppe

Langlaufunterricht nach Stärkeklassen

Mittagessen in den Hotels

Rückgabe des Mietmaterials bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide

\* Der Treffpunkt für deinen Langlaufkurs erhältst du beim Check-in im Hotel.

\*\* Die Anmeldung für die geführte Schneeschuhtour ist verbindlich. Die Eintragung ist an der Rezeption in deinem Hotel möglich.

Änderungen im Programm vorbehalten.