

Schneesportangebote im Winter 2009/2010 „à discrétion“

Das LZG Gantrisch und die Pro Senectute Region Bern führen auch in der kommenden LL-Saison verschiedene Kurse ab 50+ / 60+ und ein Wochenende für alle Alterskategorien durch. Das erste der nachstehenden Angebote offerieren ehemalige Instrukturen des VBS.

Ferien- oder Kurswochen ermöglichen Neues über Schneesportarten zu erfahren oder sie gleich auszuprobieren, eine Skitechnik zu erlernen, zu verfeinern oder diese mit dem Laufen über grössere Distanzen zu festigen. Indem man in einer Ferienregion (Goms, Engadin, Jura) zusammen unterwegs ist, teilt man die empfundenen Freuden und erfahrenen Erlebnisse mit anderen. Man lernt Land und Leute besser kennen. Alle Leitenden sind LL-erfahren und mit den Örtlichkeiten sehr gut vertraut. Sie gestalten das Programm so, dass bis auf die LL-Weitwanderung auch Freiraum für die eigene Ausgestaltung möglich ist.

	Kurswoche Goms	Winter Fitness- woche Engadin	Erlebnisweekend Kandersteg	Kurzwoche im VD-Jura
Datum	14.-19.12.2009	23.1.-29.1.2010	9./10.01.2010	22.-24.02.2010
Ort	Oberwald	Pontresina	Kandersteg	Les Rasses
Unterkunft	**Hotel Furka	***Hotel Rosatsch	**Hotel Erika	***Grandhotel
Programm	Klassisch für Fortgeschrittene; Skating für Einsteiger, Fortgeschrittene und Ambitionierte.	Klassisch für Geniesser (Schiwandern) und Fortgeschrittene; Skating schnuppern und für Fortgeschrittene; Schneewandern, Nordic Walking alternativ.	Klassisch und Skating für Einsteiger und Fortgeschrittene; Schiwandern + Spiele auf Schnee. (mit Na, Übernachtung, Fr.)	Klassisch für Geniesser (Schiwandern) und Fortgeschrittene; Skating für Einsteiger und Fortgeschrittene.
Kosten in CHF (Hotel mit ½ Pension)	DZ 585.- EZ 610.-	DZ 890.- EZ 1035.- (+ Reisekosten)	gemäss Flyer	DZ 315.- / 345.- EZ 360.- / 395.-
Reise	Individuell mit Privat-Pw./Bahn	Gruppenreise mit Bahn (Gemeindegarten sind o.K.)	Individuell mit Privat-Pw./Bahn	Individuell mit Privat-Pw./Bahn
Skimiete	möglich	möglich	möglich	möglich
Anmeldetermin	17.11.2009	30.11.2009	03.01.2010	1.02.2010

Ein Prospekt zu jedem Angebot enthält alle Details. Auskunft/Prospekte bei:

Lyner Hansruedi, Swiss Nordic-Instructor/LZG, 3176 Neuenegg; 031 741 12 44; hr_lyner@bluewin.ch

Mattenberger Ernst, Experte Seniorensport, 3176 Neuenegg; 031 741 17 63; emattenberger@sunrise.ch.

Und ausserdem ein besonderes Angebot für max. 8-9 Personen:

Vom 23.01.-30.01.2010 LL-Weitwanderung im schweiz./franz. Jura; Vorbereitungstage im Nov/Dez/Jan. Interessierte erhalten Auskunft bei hans.marthaler@bluewin.ch; weitere Info unter www.fernwege.ch.