



## Nordic Walking Event, 12. September 2009

### Trainingswoche mit Highlights 6. - 13. Sept. 09, ab CHF 547.-

- 7 Übernachtungen ZF
- Vortrag über Training und Ernährung
  - Massage im Ziel
  - geführtes Walking
- Wanderkarte 1:40'000
  - Spiissack
- exkl. Startgeld von CHF 35.-

Optional: Wander- und Freizeitpass für eine Woche ab CHF 77.- / Person

### Leichtes Einwärmen 11./12.09.09 ab CHF 95.-

- 1 Übernachtung ZF
- Vortrag
- Spiissack
- exkl. Startgeld von CHF 35.-

### Entdeckungswalken 12. /13.09.09 ab CHF 163.-

- 1 Übernachtung ZF
- Massage im Ziel
- geführte Wanderung
- Spiissack
- exkl. Startgeld von CHF 35.-

Im Startgeld von CHF 35.- sind folgende Leistungen inbegriffen:

- Startgebühr
- Verpflegung auf der Strecke und im Ziel

Bei Anreise  
mit der Bahn  
offeriert Ihnen  
die BLS  
CHF 10.-  
Ermässigung.

