

Langlaufkurse Splügen



Klassisch-Langlaufkurs für Anfänger*innen

Erste Langlauf-Erfahrungen lassen sich am einfachsten an einem klassischen Grundkurs machen. Er eignet sich für Personen, die nicht regelmässig Sport treiben, aber gerne in der Natur sind.

- Daten:** Jeweils montags ab 4. Dezember 2023 - 25. März 2024
- Treffpunkt:** Loipenstart Erla (beim Parkplatz Bergbahnen Splügen Tambo)
- Dauer:** 14.00 - 16.00 Uhr
- Kosten:** CHF 70.00 inkl. Ausrüstung via Splügen Sport (bitte Mietmaterial frühzeitig abholen)
CHF 50.00 exkl. Ausrüstung
- Anmeldung:** Erforderlich bis am Durchführungstag 12.00 Uhr



Langlauf-Skatingkurs

Die Skating-Technik eignet sich für sportliche Einsteiger*innen und erfahrene Klassisch-Langläufer*innen. Skating ist eine beliebte Winteralternative für Ausdauersport wie Radfahren und Laufen.

- Daten:** Jeweils dienstags ab 5. Dezember 2023 - 26. März 2024
- Treffpunkt:** Loipenstart Erla (beim Parkplatz Bergbahnen Splügen Tambo)
- Dauer:** 10.00 - 12.00 Uhr
- Kosten:** CHF 78.00 inkl. Ausrüstung via Splügen Sport (bitte Mietmaterial frühzeitig abholen)
CHF 50.00 exkl. Ausrüstung
- Anmeldung:** Erforderlich bis am Vorabend 18.00 Uhr



- Ausrüstung:** Kann bei Splügen Sport bezogen werden, Tel. +41 81 664 19 19
- Sonstiges:** Privatunterricht täglich möglich, nach telefonischer Vereinbarung mit Ernst Steiner
- Kontakt:** Ernst Steiner, Tel. +41 79 317 14 35, E-Mail: steinerernst@bluewin.ch, langlaufschulesplügen.ch

Anmeldung erforderlich



Viamala Tourismus
Telefon +41 81 650 90 30
www.viamala.ch