Langlaufen... Bewegt und Gelebt! www.skiclubspeer.ch

SC SPEER

IG Sport SG

Sport-verein-t www.sport-verein-t.ch

LANGLAUF-SCHNUPPERKURSE

SKATING / KLASSISCH

Das Gleiten über den Schnee, das Halten der Balance, das in der Spur bleiben, das gemütliche Vorwärtskommen oder das sportliche Auspowern - all das und noch viel mehr kann Langlaufen beinhalten. Nur in ganz wenigen anderen Sportarten ist die körperliche Aktivität so ganzheitlich wie im Langlaufsport. Draussen, in einer wunderschönen Umgebung, wird Langlaufen zur Faszination!

Datum:	**Sonntag, 15. Dezember 2024** **Samstag, 28. Dezember 2024**	**Sonntag, 19. Januar 2025** **Sonntag, 12. Januar 2025** **Sonntag, 2. Februar 2025**
Kursbeginn:	**10.00 Uhr Skating / 13.00 Uhr Klassisch**	
Treffpunkt:	**Panoramaloipe Scherb-Hemberg, bei der Scherbhütte des SC Speer oder bei genügend Schnee auf der Thurloipe in Ebnat-Kappel beim Einstieg Rest. Schützengarten**	
Kurskosten:	**CHF 40.00 pro Person und Kurs (Bar oder Twint)**	
Dauer:	**2 Std. pro Kurs**	
Ausrüstung:	**Skiausrüstung ist Sache des Teilnehmers (Mietmöglichkeit bei Intersport Wattwil, 071 988 71 61)**	
Teilnehmer:	**maximal 12 Personen, verteilt auf drei Kursleitende**	
Anmeldung:	**www.loipen-scspeer.ch**	
Durchführung:	**Auskunft am Vortag ab 17.00 Uhr unter www.loipen-scspeer.ch**	
Parkplätze:	**Scherb** **Thurloipe**	**entlang der Strasse (Signalisation beachten)** **auf dem markierten Parkplatz beim Abzweiger Allmenweg oder bei Alder+Eisenhut**
Fragen?	**Claudia Müller, Langlaufleiterin esa (erwachsenensport schweiz) 079 708 00 40**	

loipenschweiz

einfach. klar. helvetia
Ihre Schweizer Versicherung