

LANGLAUF UNTERRICHT

60+

Josef Bächler Anton Egger



Pro Senectute Freiburg 026 347 12 93
sportformation@fr.prosenectute.ch
Passage du Cardinal 18 - 1700 Freiburg

**Preis:
CHF 125.-
für 5
Kurstage**

LANGLAUF-UNTERRICHT für 60+

Mittwoch-Nachmittag

13.30 - 15.30 Uhr:

10./17. Dezember 2025

7./14./21. Januar 2026

Der Unterricht ist für Anfänger, Wiedereinsteiger oder Fortgeschrittene geeignet und findet in 2 Gruppen statt.

Gruppe 1: Klassische Technik

mit Anton Egger

Gruppe 2: freie Technik (Skating).

mit Josef Bächler

Anmeldung (Vorname, Name, Geburtsdatum, Adresse, Natel-Nummer, Email) mit Angabe der gewünschten Technik bis 1. Dezember 2025 bei:

Josef Bächler, esa-Leiter

079 658 56 11 / josi.baechler@bluewin.ch

Orte:

Langlaufgebiete der Umgebung Charmey - Im Fang/Jaun, Monts de Riaz, Gantrisch, Jaunpass (Wahl je nach Schneeverhältnissen)

Information:

Am Vortag ab 10 Uhr unter 026 347 12 42 und über den WhatsApp-Gruppen-Chat



Kursdauer:

Lektionen ca. 90 - 100 Minuten

Kurskosten :

CHF 125.- für die 5 Kurstage.

Loipenbenutzung:

- Tageskarte zu CHF 10.- bis 15.- (je nach Langlaufgebiet)
- oder «Loipenpass Schweiz» für die ganze Saison zu CHF 160.- (in der ganzen Schweiz gültig)

Ausrüstung:

- Möglichst selber organisieren (eigene Ausrüstung)
- Kann an den jeweiligen Kursorten auch gemietet werden (zwischen CHF 15.- und 30.- pro Halbtag)

Transport:

Mit den Privatautos der Teilnehmenden (Fahrkosten direkt vor Ort mit dem Fahrer begleichen). Wir bilden Fahrgemeinschaften nach Herkunft der Teilnehmenden.

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.



