Womens Langlauftage – Midweek
Sonntag, 10. bis Mittwoch, 13. Januar 2027

Sonntag, 10. Januar 2027

15.00 – 17.00 Uhr	Materialbezug bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide
17.30 – 18.30 Uhr	Gemeinsamer Willkommensapero auf der W.O.W. Plaza (Sportplatz Lenzerheide)
Anschliessend	Individuelles Abendessen in den Hotels

Montag, 11. Januar 2027

Ab 8.30 Uhr	Materialbezug bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide
9.30 Uhr	Treffpunkt und Warm-up auf der W.O.W. Plaza
9.45 – 12.00 Uhr	Langlaufunterricht nach Stärkeklassen
12.00 – 14.00 Uhr	Mittagessen in den Hotels
14.00 – 15.30 Uhr	Freies Langlaufen mit Betreuung oder Nutzung der hoteleigenen Wellnessoase.
17.00 – 18.30 Uhr	Private Shopping* und Wachskurs im Activ Sport Baselgia Lenzerheide *20% auf Textil, 10% auf Hartwaren, mit Apero
Ab 18.30 Uhr	Individuelles Abendessen in den Hotels

Dienstag, 12. Januar 2027

9.30 Uhr	Treffpunkt und Warm-up auf der W.O.W. Plaza
9.45 – 12.00 Uhr	Langlaufunterricht nach Stärkeklassen
12.00 – 14.00 Uhr	Mittagessen in den Hotels
14.00 – 15.30 Uhr	Freies Langlaufen mit Betreuung oder Nutzung der hoteleigenen Wellnessoase
Ab 18.30 Uhr	Individuelles Abendessen in den Hotels
20.30 Uhr	Vortrag Anita Giezendanner, Kopfsache: Mentale Stärke in Sport und Alltag, Hotel Schweizerhof

Mittwoch, 13. Januar 2027

9.30 Uhr	Treffpunkt und Warm-up auf der W.O.W. Plaza
9.45 – 12.30 Uhr	Langlaufunterricht nach Stärkeklassen
13.00 Uhr	Mittagessen in den Hotels
13.00 – 15.00 Uhr	Individuelle Nutzung der hoteleigenen Wellnessoase
Bis 15.00 Uhr	Rückgabe des Mietmaterials bei Activ Sport Baselgia in Lenzerheide

Änderungen im Programm vorbehalten.