

Langlaufen

Bewegung und Spaß im Schnee

Langlauf ist eine tolle Sportart für alle. Beim Langlauf wird der ganze Körper trainiert. Die Bewegungen im Langlauf wirken sich positiv auf unsere Gesundheit aus. Du lernst die Grundtechnikformen und das Balancegefühl. Du sammelst neue Erfahrungen und hast Erfolgserlebnisse. In der Gruppe macht das Ganze noch viel mehr Spaß.



Treffen und Uhrzeit

6 Treffen werden mit den Teilnehmenden je nach Schneeverhältnissen vereinbart



Ort Sulden oder Schlinig



Referent*in Langlaufskilehrerinnen



Kosten 10 Euro pro Treffen
(mit Invaliditätsausweis)



Zielgruppe Nur für Menschen mit Behinderungen