



NORDIC – WALKING - PLAUSCH IN AROSA

28. - 30. August 2020

Liebe Nordic-Walker und alle die es noch werden möchten!

Erleben Sie die Faszination "**NORDIC-WALKING**" in der wunderschönen Arosener Bergwelt. Iris Meier freut sich, Ihnen Nordic-Walking mit geführten Touren näher zu bringen. Das Ziel ist, Interessierten die Freude an der Bewegung zu wecken und Ihnen damit körperliches Wohlbefinden zu ermöglichen. In den für Anfänger und Fortgeschrittene geeigneten Kursen wird besonders viel Wert auf eine angenehme Atmosphäre gelegt.

Ständig getreu dem Motto: Have fun!



Die Durchführung der Kurse erfolgt in Zusammenarbeit mit dem 3* Hotel Hohe Promenade in Arosa. Das seit vielen Jahren von der Besitzerfamilie persönlich geführte Haus ist sehr zentral und doch äusserst ruhig gelegen. Die freundliche und familiäre Atmosphäre sowie die Qualität der Küche garantieren Ihnen einen unbeschwerten Aufenthalt.

1. Tag (Freitag)

Individuelle Anreise nach Arosa (Anreise Mittwoch oder Donnerstag möglich)
18.00 Uhr Welcome-Drink mit Begrüssung und Einführung in das Programm.

2. Tag (Samstag)

Geführte Tour von 10 - 15 h (Mittagessen auf eigene Kosten)
Einführung Nordic Walking Technik / nützliche Tipps
Abends gemütliches Beisammensein.

3. Tag (Sonntag)

Geführte Tour von 10 - 15 h (Mittagessen auf eigene Kosten)
anschliessend Heimreise oder individuelle Verlängerung des Aufenthaltes.

Die Arrangements zum Preis ab CHF 295 für 2 Nächte (Fr - So)

- ✓ 2 Nächte Halbpension bestehend aus einem reichhaltigen Frühstücksbuffet, sowie einem 4-Gang Auswahlmenu mit Salatbuffet
- ✓ Zimmer mit Bad/WC oder Dusche/WC, Radio, Kabel-TV, Safe und Fön
- ✓ Erlernen bzw. Verbesserung der individuellen Nordic-Walking-Technik und geführte Touren
- ✓ Benützung von Sauna/Finarium
- ✓ Welcome-Apéro
- ✓ All-inclusive Gästekarte (freie Benützung der Bergbahnen in Arosa und auf der Lenzerheide, Ortsbus, Badi, Pedalo u.v.m.)

Zusatznächte inkl. HP ohne NW-Kurs CHF 100

Sind Sie "gwundrig" geworden oder haben Sie noch Fragen?
Wir stehen Ihnen sehr gerne für weitere Auskünfte zur Verfügung.

Iris Meier SNO Instruktorin Tel: 079 634 77 71
info@ims-walking.ch / www.ims-walking.ch

HERZLICH WILLKOMMEN UND BIS BALD IM SCHÖNEN AROSA.....



Familie Ackermann-Loy, Hotel Hohe Promenade, CH-7050 Arosa
081 378 77 00 / www.hohe-promenade.ch