

STARTE WIE DIE WELTMEISTER!

3. Seefeld Mösern Nordic Sommer Camp

30. MAI BIS 2. JUNI 2019



**Mit Thomas Freimuth und dem
xc-ski.de A|N Skimarathon Team!**

START INS SOMMERTRAINING.

30.5.2019

Anreise bis 14.00Uhr nach Mösern

Begrüßung und Vorstellung

Ab 14.30Uhr Lauf zur WM Rollerbahn Seefeld

15.00-17.00Uhr Skiroller Training Technik/Ausdauer

Abendessen 18.30Uhr

31.5.2019

Ab 7.30Uhr Frühstück

Um 9.00Uhr Abfahrt zum Bergroller

9.30-11.30Uhr Bergroller Kühtai

Ab 12.00 bis 14.00Uhr Mittagspause

14.15Uhr Trailrun oder Rennrad Tour

Abendessen 18.30Uhr



START INS SOMMERTRAINING.

1.6.2019

7.00Uhr Frühsport Möserer See

Ab 7.30Uhr Frühstück

Um 9.00Uhr Abfahrt zum See

9.45-11.30 Stand Up Paddling (SUP) & Laufkoordination

Ab 11.30 bis 13.00Uhr Lauf zu einem Gipfel, dort
Mittagspause. Alternativ ist eine Rennradtour möglich.

Ab 16.00Uhr Eisbad, Stretch & Relax

Abendessen ca. 18.30Uhr



tri2b.com

AIN
ausdauer
netzwerk

AIN
ausdauer
netzwerk

Velomo
xc-ski

START INS SOMMERTRAINING.

2.6.2019

7.00Uhr Frühsport Möserer See

Ab 7.30Uhr Frühstück

Ab 9.00Uhr Lauf zur WM Rollerbahn Seefeld

9.30-11.20Uhr Skiroller Training Technik/Ausdauer

11.30Uhr Ende des Nordic Sommer Camps 2019.



Das solltest du dabei haben:

- Laufschuhe
- Skiroller Classic & Skate, Schuhe, Handschuhe, Helm ist Pflicht!!
- Stöcke mit passenden Stockspitzen für Asphalt, Nordic Walking Stöcke
- Rennrad plus Bekleidung
- Sport Funktionsbekleidung, auch regenfeste Kleidung, Mütze, Stirnband
- Trinkmöglichkeit, evtl. kleiner Rucksack für die Hütten Tour

Es kann Material ausgeliehen werden, bitte um rechtzeitige Anfrage!

Camp Preis

349.00€ (von 30.5 bis 2.6.2019)

Inklusive Halbpension.

Die Unterkunft wird in Mösern organisiert.

Sonderkondition für Einheimische und Team Member des xc-ski.de AIN Skimarathon Teams.

Fragen gerne an thomas.freimuth@ausdauernetzwerk.de

Buchung

Tourismusverband Olympiaregion Seefeld

Adresse: Bahnhofplatz 115, 6100 Seefeld in Tirol, Österreich

Telefon: +43 50 8800

E-mail: info@seefeld.com

Öffnungszeiten Montag bis Samstag: 08:30 bis 18.00 Uhr

OLYMPIAREGION
Seefeld

Mösern

A | N ausdauer
netzwerk.de



xc-ski.de