

# Mountainbiken - VTT

## BIKE REGION GSTAAD SAANENLAND

### MOUNTAINBIKEWOCHE IN GSTAAD 11.07.10 – 17.07.10

7 Tage 6 Nächte - Mountainbiken im Saanenland  
Unterkunft im Doppelzimmer mit Halbpension und Lunchpaket CHF 1360.- pro Person  
(exklusive Mountainbike-Ausrüstung)

Sonntag 11.07.10	Ankunft im Hotel Z'Loft in Saanenmöser 16h Willkommensdrink
Montag 12.07.10	Fahrtechniken : Einfahren und Erkunden der umliegenden Trails wobei wir unsere Fahrtechniken auffrischen
Dienstag 13.07.10	1. Trail: Hornberg-Turbach-Gstaad
Mittwoch 14.07.10	Ruhetag zur freien Verfügung <u>Freizeitaktivitäten im Z'Loft :</u> Tischtennis, kleiner Aussenpool, Badminton, Fitnessraum, SPA-Bereich, Spielezimmer <u>Ausflüge :</u> nach Gstaad, Gruyère, nach Montreux mit dem Panorama- Express, Thunser See, Interlaken, Glacier 3000 <u>Freizeitaktivitäten:</u> Freibad in Gstaad, Sportzentrum in Gstaad, Rafting/Canyoning mit Swissraft, Paragliding mit Paragstaad, Hochseilgarten, Bowling in Château d'Oex und vieles mehr...
Donnerstag 15.07.10	2. Trail : Am Rellerli/Schönried
Freitag 16.07.10	3. Trail : Videmanette Rougement
Samstag 17.07.10	Rückreise

#### Die geplanten Trails haben das Niveau 2 :

- Kondition « mittel » : 30-50 km, 800-1500 Höhenmeter
- Technik « mittel » : gut befahrbare Wege mit technischen Abschnitten (Wurzeln, Steine, enge Kurven, steile Up-and Downhills)

#### Leistungen inklusive :

- 1x Wäscheservice während des Aufenthalts
- Waschplatz mit Utensilien, Werkbank/ Montageständer mit Reparaturset
- 1 Getränke Bidon
- Isotonische Getränke von Verofit
- professionelle Betreuung durch Swisscycling qualified MTB Guide Claude Frautschi

### BIKE WEEKENDS GSTAAD SAANENLAND 26-27.06.2010 / 11-12.09.2010 Enduro

CHF 359.- pro Person im Doppelzimmer

Enduro CHF 399.- inkl. Bergbahnen pro Person im Doppelzimmer  
(exklusive Mountainbike-Ausrüstung)

Anreise am Freitag mit Aufpreis von CHF 90.- pro Person im Doppelzimmer  
inklusive Halbpension

Leistungen: Kompetente Betreuung durch Swiss Cycling Qualified MTB Guide.  
1 Übernachtung im Doppelzimmer inkl. Verpflegung, Bergbahnen Karte.



*Claude Frautschi*