

Kraft tanken

Kann man nur da, wo man sich wohlfühlt.



DIE BERGE RUFEN UND ICH MUSS GEHEN

Pilates/Bewegungstherapie mit Sonnenaufgang auf der Dreisprachenspitze und danach Wanderung bis zur Rötelspitze

Gemeinsame Fahrt bis auf dem Stifserjoch (Abfahrt nach Vereinbarung).

Wanderung bis zur Dreisprachenspitze ca 100 hm 30 Min / bei Sonnenaufgang Bewegung/Pilates mit traumhafter Aussicht zum Ortler.

Wanderung von Dreisprachenspitze bis Rötelspitze ca 300 hm 1 ¼ Std.

Nach einer Frühstückspause aus dem Rucksack auf der Rötelspitze 3026 m üm gemeinsamer gemütlicher Abstieg bis auf dem Stifserjoch.

Im schönen Restaurant Alpenrose geniessen wir einen warmen Kaffee/Tee mit Aussicht aufs schöne Val Müstair

Wann: 12. / 19. /26. Juli und am 02. August 2021

Ausrüstung: Wanderschuhe/Trekkingschuhe mit griffiger Sohle, warme Kleider, Rucksack mit Verpflegung und Trinken, persönliche Medikamente. Je nach Bedarf: Wanderstöcke, Fernglas und Fotoapparat.

Schwierigkeit: mittel / Trittsicherheit ca 400 Höhenmeter und 5 Km

Teilnehmerzahl: min 4 Personen max 10 Personen

Details: folgen mit der Anmeldungbestätigung

Dauer: ca bis 11.00 Uhr

Preis: Erwachsene 40.00 (ohne activPass 45.00), Kinder 10.00 (ohne activPass 12.00), Familien 90.00 (ohne activPass 110.00), Preise inkl. Fahrkosten und Pilates-Lektion

Ich freue mich auf Eure Anmeldung: Manuela Zen, kontakt@vibra-fit.ch / 079 672 07 71

