



## Programm Ladies Enduro Camp

*Änderungen vorbehalten*

### Freitag

Ab 09.30 Uhr	Ankunft im Hotel Waldhaus Valbella (Gepäck im Auto lassen, wer mit ÖV anreist kann dieses im Hotel Waldhaus deponieren)
10.00 Uhr	Begrüssung & Gruppeneinteilung vor dem Hotel Waldhaus
anschliessend	Touren und Techniktraining on Trail oder im Bikepark
Ca. 13.00 Uhr	Mittagessen in einem Berggasthaus oder Picknick in der Gruppe
14.00 – 16.00 Uhr	Touren und Techniktraining on Trail oder im Bikepark
17.00 – 18.00 Uhr	Yoga mit Katja Blaesi, Gastgeberin Hotel Waldhaus (draussen, nur bei schönem Wetter)
18.30 Uhr	Gemeinsames Nachtessen im Hotel Waldhaus (auch ohne Übernachtung kannst du im Hotel Waldhaus duschen)

### Samstag

Ab 07.30 Uhr	Frühstück
08.40 Uhr	Reparatur-Workshop
09.00 Uhr	Treffpunkt vor dem Hotel Waldhaus
anschliessend	Touren und Techniktraining on Trail oder im Bikepark
13.00 Uhr	Mittagessen in einem Berggasthaus oder Picknick in der Gruppe
13.30 – 16.00 Uhr	Touren und Techniktraining on Trail oder im Bikepark
18.00 Uhr	Apéro auf der Terrasse
18.30 Uhr	Gemeinsames Nachtessen im Hotel Waldhaus

### Sonntag

Ab 07.30 Uhr	Frühstück
08.40 Uhr	Reparatur-Workshop
Bis 09.00 Uhr	Checkout Hotel Waldhaus
09.00 Uhr	Treffpunkt vor dem Hotel Waldhaus
anschliessend	Touren und Techniktraining on Trail oder im Bikepark
12.00 Uhr	Mittagessen in einem Berggasthaus oder Picknick in der Gruppe
13.00 – 15.00 Uhr	Touren und Techniktraining on Trail oder im Bikepark
15.00 Uhr	Kursabschluss und Verabschiedung in den Gruppen