

Jarný workshop SNWA – Liptov. Vráťate raftovania a e-bicyklovania!

Podďte s nami na zážitkový workshop na Liptov. Budeme nordicwalkingovať aj do Čutkovej doliny, raftovať na Váhu aj bicyklovať na ebajkoch na Liptove. Naučíte sa, ako sa chovať na vode a aj ako používať ebajk a to všetko s profesionálmi! *Vhodný pre všetkých, aj začiatočníkov/čky, od 15 r.*



Termín: 19.4.2024 od 15:30 h. – 21.4.2024 do 12:00 h.

Miesto: Ružomberok - Hrabovo a okolie, Fatrapark2 Apartments***, www.fatrapark2apartments.sk

Organizátor: Slovenská asociácia Nordic Walking

Cena: 289 €, *príhlasovanie a platba obratom, nakoľko kapacita je obmedzená.*

Cena zahŕňa:

- ubytovanie v dvojposteľových izbách (apartmánach)
- polpenzia: raňajky a večera formou bohatých bufetových stolov v top reštaurácii
- raftovanie na člnoch s profi lektormi, zapožičanie výstroja aj doprava
- bicyklovanie na elektro bicykloch s profi lektormi, zapožičanie bajkov aj heliem
- všetky lekcie

Piatok 19.4.2024:

15:30 – 16:30 ubytovanie

16:30 – 17:00 predstavenie účastníkov/čiek, inštrukcie k workshopu a bezpečnosti

17:00 – 17:45 večera

18:00 – 20:00 večerný nordic walking s funkčným dýchaním

Sobota 20.4.2024:

7:30 – 8:30 raňajky

9:00 – 14:00 raftovanie na Váhu s profi lektormi (doprava zabezpečená)

15:30 – 18:30 nordic walking do Čutkovej doliny

19:00 – 20:00 večera

20:00 – 22:00 večerný bar...

Nedeľa 21.4.2023:

7:30 – 8:30 raňajky

9:00 – 12:00 liptovské cyklodoobedie na e-bajkoch s profi lektormi

12:00 ukončenie workshopu

Garant workshopu: Lucia Okoličányová - prezidentka SNWA, národná trénerka WMNWA, inštr. SPS systém a Oxygen Advantage.

So sebou: paličky, čelovka, topánky aj dovnútra, niečo malé pod zub na cesty, nordic walking paličky (ak nemáte, zapožičiame). *Výstroj na raftovanie aj bicyklovanie je zapožičaný v cene workshopu.*