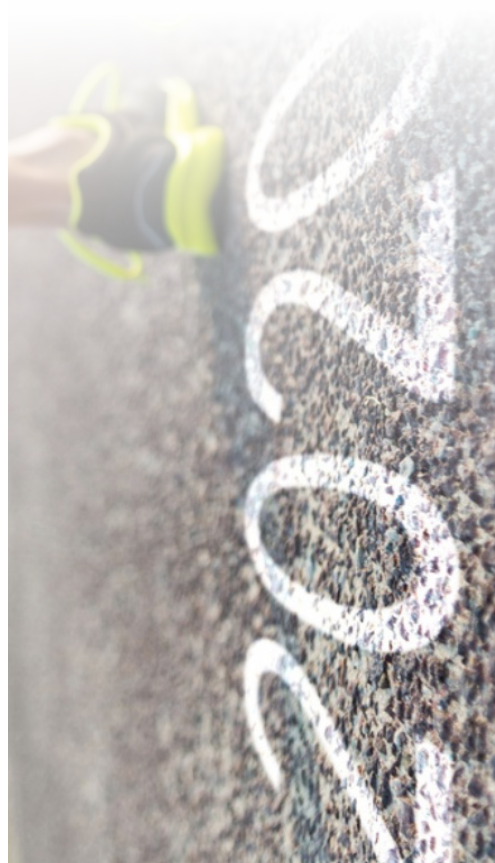




Kurt Traub
Verein «Laufstage Arosa»
St. Alban-Anlage 67
4052 Basel



11.-13. September 2020

mit Highlight
„ArosaTRAILRUN“



Für unterschiedliche Leistungslevel und Interessen bieten wir angepasste Strecken an, wie

Trailrunning

Auf traumhaften Trails und Bergwegen rund um Arosa stehen dir auf Etappen deiner Wahl kompetente Gruppenleiter zur Seite. So kann die schöne Bergwelt rund um Arosa genussvoll erlaufen und die Technik des Trailrunnings vertieft, optimiert und trainiert werden.

Wandern und Walken

Erlebnisreiche und spannende Wanderungen / Führungen mit verschiedenen Streckenlängen und Profilen bieten für jeden etwas Passendes. Auch gemütliche Spazierstrecken stehen zur Verfügung.

Wellness

Zur Erholung und Entspannung steht die 1.100 m² grosse SPA-Landschaft des Waldhotel Arosa z.B. mit „SPA Salus“, Kräutersanarium oder finnischer Sauna zur Verfügung.

Wettkampf

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, am Samstag beim ArosaTRAILRUN zu starten (reduziertes Startgeld!). Es stehen folgende Distanzen zur Auswahl:
AT15 (14.8 km, 974 HM), AT22 (21.1 km, 1338 HM), AT46 (52.9 km, 3391 HM)

Nach einem erfüllten Trailrunning- oder Wandertag einfach die Seele baumeln und sich im 4⁺-Sterne-Waldhotel National Arosa verwöhnen lassen.

CHF 395 im Doppelzimmer/Person
CHF 425 im Einzelzimmer/Person
mit regionalem Frühstücksbuffet,
4-Gang-Abendessen, Nutzung der
1'100 m² Wellnessbereiche,
Kurtaxe sowie der Arosa All-Inclusive-Card



Angebot



Freitag, 11. September 2020

- Gemeinsame Anreise mit ÖV bis Tschierschen (resp. Arosa). Ab Chur organisierter Gepäcktransport, evtl. Sonderbus. Reisekosten sind nicht inkludiert
- Läufer/Wanderer: diverse Lauftrails oder Wanderungen ab Tschierschen in geführten Leistungsgruppen
- Läufer yoga, Stretching oder Wellness in der Wohlfühloase
- Apéro und gemeinsames Abendessen

Samstag, 12. September 2020

- Teilnahme am Arosa TRAILRUN
- *Alternativ:* diverse Lauftrails und Wanderungen in verschiedenen angepassten Leistungsgruppen in und um Arosa
- Regeneration: Läufer yoga, Stretching oder Wellness
- Apéro und gemeinsames Abendessen, Rangverkündigung

Sonntag, 13. September 2020

- Läufer/Wanderer: diverse Lauftrails oder Wanderungen in geführten Leistungsgruppen in kompetenter Begleitung
- Ausklang in der Wohlfühloase des Hotels

Streckenpläne, weitere Leistungen sowie ein detailliertes Programm findest du unter: www.lauftage.ch

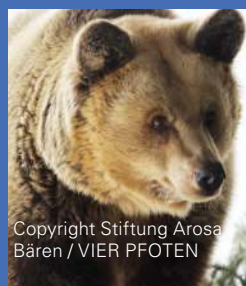
Versicherung: Die Versicherung ist Sache des Teilnehmenden. Der Organisator haftet nicht für Schadensfälle. Bei Verhinderung besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Wir empfehlen eine persönliche Reiseversicherung abzuschliessen.

Arosa TRAILRUN – reduziertes Startgeld

AT15 (14.8 km, 974 HM):	CHF 40 (anstatt CHF 55)
AT22 (21.1 km, 1'338 HM):	CHF 45 (anstatt CHF 65)
AT46 (52.9 km, 3'391 HM):	CHF 70 (anstatt CHF 95)

Arosa Bärenland – Napa, Meimo und Amelia

Die ersten Bewohner des Arosa Bärenlands, Napa, Meimo und Amelia, stehen dabei im Zentrum. Beim Besuch auf der Bärenplattform erfahrt ihr neben den Geschichten der Bären aus Serbien und Albanien auch viele weitere spannende Bärenfacts. Weiter begeistern das **Bären-Minigolf** und der Erlebnisspielplatz bei der Mittelstation.



Copyright Stiftung Arosa Bären / VIER PFOTEN

Anmeldung



ANMELDUNG LAUFTAGE AROSA 2020

Gemeine ich an den Lauftagen in Arosa teil und buche:
Freitag, 11. bis Sonntag, 13. September 2020

**Frühbucherrabatt:
bis 1. Juli
CHF 15 Reduktion**

Doppelzimmer zur Doppelbenutzung (CHF 395 p.P.)

mit Zimmerpartner/in:

(Bitte jeweils die zweite Person im Doppelzimmer separat anmelden)

Einzelzimmer zur Einzelbenutzung: (CHF 425 p.P.)

(Bitte Zimmerkategorie ankreuzen)

Vorname:

Name:

Strasse / Hausnummer:

PLZ / Ort:

E-Mail:

Telefon:

Funktionales T-Shirt ja nein

Damen Herren

S M L XL

Arosa TRAILRUN www.arosa-trailrun.ch (reduziertes Startgeld)

Ich möchte am Arosa TRAILRUN starten:

Welcher Wettkampf:

AT15 (CHF 40) AT22 (CHF 45) AT46 (CHF 70)

Kategorie:

Geb. Datum:

Nationalität:

Anmeldung bis 1. August (T-Shirts können nur bis Juli 2020 garantiert werden)

Online: www.lauftage.ch

E-mail: com@lauftage.ch oder per Post

Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt und gelten nach der Einzahlung des geschuldeten Betrags als definitiv.