

adidas TERREX Women's Winter Camp

09.01. – 12.01.2022 in Galtür/Ischgl



Samstag, 08.01.2022

Ganztägig

Individuelle Anreise und Check-In im Wirler Hof
(zusätzliche Nacht, muss vor Ort im Hotel extra bezahlt werden)

Sonntag, 09.01.2022

bis 08:45 Uhr	Anreise und Check-In im Wirler Hof
09:00 – 10:00 Uhr	Begrüßung und Vorstellung des Teams, Partner und Guides; Vorstellung Programm
10:00 – 12:00 Uhr	Expo Area: Beratung und Ausgabe Testmaterial
12:00 – 16:00 Uhr	Lawinenkunde (Praxis) & Pistenfahrt
16:30 – 18.00 Uhr	Expo Area: Beratung und Ausgabe Testmaterial
16:30 – 17:30 Uhr	Yoga
16:30 – 18.30 Uhr	Kurzmassagen/Taping <i>(bitte dafür in die Liste am Check-In eintragen)</i>
18:00 – 19:00 Uhr	Vortrag Lawinenkunde (Theorie)
ab 19:00 Uhr	Abendessen im Wirler Hof Ankündigung Tagesablauf Montag

Montag, 10.01.2022

ab 07:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 16:00 Uhr	Start der Touren für Freeriden und Skitourengehen inkl. Mittagspause (Lunchpakete)
16:00 – 18:00 Uhr	Expo Area: Beratung und Ausgabe Testmaterial

adidas TERREX Women's Winter Camp

09.01. – 12.01.2022 in Galtür/Ischgl



16:30 – 17:30 Uhr	Yoga
16:30 – 18:30 Uhr	Kurzmassagen/Taping <i>(bitte dafür in die Liste am Check-In eintragen)</i>
18:00 – 19:00 Uhr	Vortrag adidas TERREX
ab 19:00 Uhr	Abendessen im Wirler Hof Ankündigung Tagesablauf Dienstag

Dienstag, 11.01.2022

ab 07:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 16:00 Uhr	Start der Touren für Freeriden und Skitourengehen inkl. Mittagspause (Lunchpakete)
16:00 – 18:00 Uhr	Expo Area: Beratung und Ausgabe Testmaterial
16:30 – 17:30 Uhr	Yoga
16:30 – 18:00 Uhr	Kurzmassagen/Taping <i>(bitte dafür in die Liste am Check-In eintragen)</i>
ab 18:30 Uhr	„Hüttenabend“

Mittwoch, 12.01.2022

ab 07:30 Uhr	Frühstück
09:00 – 13:00 Uhr	Start der Touren für Freeriden und Skitourengehen
13:00 – 14:00 Uhr	Gemeinsames Mittagessen im Wirler Hof
ab 14:00 Uhr	Verabschiedung und Abreise