

*Langlaufen ist cool!*



Appenzellisches  
**Langlauf  
Zentrum  
Gais**

## Langlauf Schnupperkurs



Schon einmal auf Langlaufski gestanden? Interessiert, erste Erfahrungen auf schmalen Latten in der **Skating-** oder **klassischen Technik** zu machen? Wenn ja, dann bietet sich eine gute Gelegenheit, an einem Schnupperkurs beim Langlaufzentrum Gais teilzunehmen. Ausgebildete Langlauflehrer vermitteln Ihnen einen Einblick in diese faszinierende Sportart. Eine Langlaufausrüstung wird zur Verfügung gestellt.

**Wann: Sonntag, 13. Januar 2019**

**10:30: Einturnen mit Musik, anschliessend Schnupperkurs 90 Min.**

**Treffpunkt: Loipeneingang Starkenmühle**

**Kosten: Fr. 30.— (inkl. Skiausrüstung) Materialausgabe ab 9:45**

**Anmeldung:**

**[www.langlauf-gais.ch /Schule/Onlinebuchung](http://www.langlauf-gais.ch/Schule/Onlinebuchung) für Gruppenunterricht**