



Fit in den Winter mit Skiletics®

PAKET 1 EINSTEIGER

**Für Anfänger oder Unerfahrene mit
Ziel Spass am Langlauf**

- 10 Wochen selbständiges Training im Physio Care Center de Leur AG mit eGym SmartStrength und SmartFlex, SensoPro und Skiletics
- Eingangstests inkl. Messung der Körperzusammensetzung mittels Bioimpedanz
- 3 Privatlektionen in der Langlaufschule Schaad Nordic Sports à 55 min
- Testmöglichkeit für Fischer-Artikel (Rollskis und Schneeausrüstung)

Preis für 1 Person: CHF 399.-

Preis für 2 Personen: je CHF 349.-*

*Langlauflektionen werden zu zweit durchgeführt



PAKET 2 ENGADINER ROOKIES

**Für Einsteiger mit Ziel Teilnahme
am Engadin Skimarathon**

- 1 Rollski-Lektion im Herbst
- 10 Wochen selbständiges Training im Physio Care Center de Leur AG mit eGym SmartStrength und SmartFlex, SensoPro und Skiletics
- Eingangstests inkl. Messung der Körperzusammensetzung mittels Bioimpedanz
- 3 Privatlektionen in der Langlaufschule Schaad Nordic Sports à 55 min
- Teilnahme Workshop Ski wachsen am 5. November 2021
- Conconi-Test auf Laufband mit anschliessender individueller Langlauf-Trainingsplanerstellung bis zum Engadin Skimarathon
- Testmöglichkeit für Fischer-Artikel (Rollskis und Schneeausrüstung)

Preis für 1 Person: CHF 499.-

Preis für 2 Personen: je CHF 449.-*

*Langlauflektionen werden zu zweit durchgeführt

Einsiedeln gilt als wahres Langlaufparadies mit vier Halbmarathon-Loipen innert kürzester Distanz. In Zusammenarbeit mit Physio Care Center de Leur in Einsiedeln, Schaad Nordic Sports in Studen und Fischer wurden zwei spezielle Programme erarbeitet, um den Einstieg in den Langlaufsport zu erleichtern oder sich optimal auf den Engadin Skimarathon vorzubereiten. Ziel ist es, noch mehr Interessierten den Einstieg in den Langlaufsport zu vereinfachen und/oder geübte Läufer auf das nächste Level zu bringen.

