

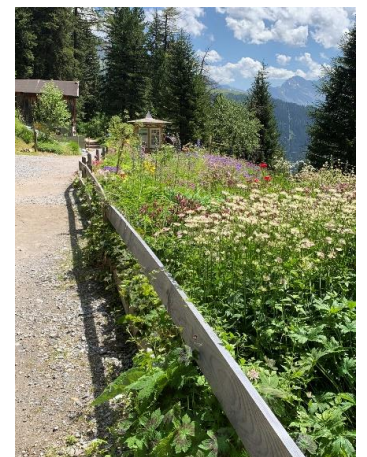
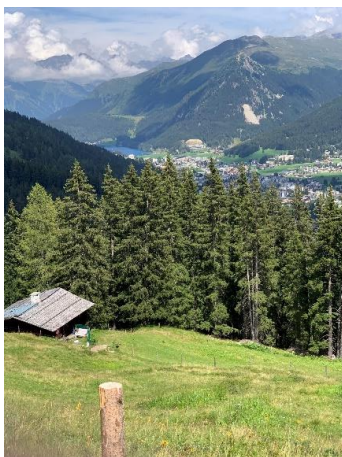


Trainingsweekend vom
09. - 11. August 2020
in Davos / Klosters



Programm Tag

- 08:00 Abfahrt in Marbach, anschliessend Kriessern
- ca. 09:20 Ankunft im Hotel
Gepäck deponieren, umkleiden
Gästekarte beziehen
kleine Stärkung, Kaffee ect.
- 10:10 angezogen in Trainingskleider mit Trinkrucksack & **Schutzmaske!**
vor dem Hotel
- 10:29** Abfahrt Klosters Platz mit der Rhätischen Bahn nach Davos Dorf
- 10:53 Ankunft Davos Dorf Bhf (Pinkelpause etc.)
leichtes einrollen, bevors nachher hoch zur Schatzalp geht, danach
dem Höhenweg entlang zur Stafelalp, wo wir unser Mittagessen
geniessen, danach geht's via Frauenkirch retour der Landwasser
entlang nach Davos Platz
ca. 16 km ohne einrollen und 590 Hm
- anschliessend Davos Platz retour mit der Bahn nach Klosters
- ca. 17.30 für alle, die noch Lust auf mehr haben, eine Auslaufrunde der
Landquart entlang, evtl. Finnenbahn, ansonsten freie Zeit
- 19:30 Abendessen



Trainingsweekend vom 09. -11. August 2020

in Davos / Klosters



Programm Tag

- 06:45 Morgenrunde
- ab 07:30 Frühstück
- 09:10 Treffpunkt vor dem Hotel in Trainingskleider mit Trinkrucksack
- 09:29** **Bahnhof Klosters Platz** - Bahnhof Davos Platz, Ankunft 09:51
(Schutzmaske!)
- Lauf **Davos Platz via Sertig Dorf-Jatzmeder (Rinerhorn) nach Monstein** ca. 25 km, 600 Hm. Der Lauf ist für alle gut machbar!
Wunderschön ☺
- ab ca. 13.30 reserviert für uns im Restaurant Veltlinerstübli in Monstein
- anschliessend im halbstundentakt fährt ein Bus von Monstein zurück
- danach für all diejenigen, die nicht genug bekommen, eine schöne Auslaufrunde um den Davoser See, ansonsten freie Zeit
- 19:30 Abendessen



Trainingsweekend vom 7. - 9. August 2020
in Davos / Klosters



Programm Tag



06:45

Morgenlauf

Ab 07:30

Frühstück

Im Anschluss packen, Gepäck deponieren

Duschkmöglichkeit nach dem Lauf im Saunabereich vorhanden

10:15

Mit der Gotschnabahn hoch zur Gotschna (**Schutzmaske!**). Von dort aus startet der Panoramatrail, den wir bis zur Parsennbahn laufen. Ca. 7 Km, leichtes auf und ab, danach gehen wir mit der Bahn runter und laufen via Davoser See zum Wolfgang, ca 3.5 km. Mittagessen im Restaurant Kulm Wolfgang (als Vorschlag)

Im Anschluss

Bahn zurück nach Klosters, duschen und Abfahrt nach Hause

