

lady's camp

Für Frauen mit Power und Freude am Genuss.

Camp-News

Faszination Mountainbike in Zermatt:

Fun & Flow im Lady's Camp – vom 25.06.10 bis 27.06.10 – for ladies only

Am Wochenende vom 25./27.06.2010 findet ein dreitägiges Bike Camp – for ladies only – statt. Hier treffen sich sportive Bikerinnen und Singletrailfans. Das engagierte Zermatt bietet erneut gute Gründe, als Lady mit dem Mountainbike ins Mekka des alpinen Winter- und Sommersports zu pilgern. Das Zermatter Lady's Camp steht vor der Tür. Drei spannende Tage, während derer es viel Neues über Singletrails und Fahrtechnik zu entdecken gibt. Gleichzeitig erfahren die Teilnehmerinnen auch viel Wissenswertes über Yoga und aktive Entspannung. Ein Verwöhnprogramm im Wellnessbereich, feines Essen sowie eine gelöste und freundschaftliche Stimmung sorgen rundum fürs persönliche Wohlbefinden. Natürlich wird auch das Dreierhotel – inmitten einer faszinierenden Berglandschaft – zum genussvollen Aufenthalt in Zermatt beitragen.

Mountainbiking – ein fließendes Glücksgefühl

Ein unbeschreibliches Feeling für alle Teilnehmerinnen, wenn Natur, Sport, Spass, Kameradschaft und Kulinarik harmonisch ineinandergreifen. Umgeben von 38 imposanten Viertausendern bietet das Zermatter Lady's Camp alles, was das engagierte Bikerherz begehrt: gemeinsame Touren, die Kondition und Ausdauer fördern; den Flow beim Freeriding, der Schmetterlinge im Bauch beschert; Coole Trails, die den Adrenalinhaushalt voll auf Touren bringen. Ausserdem garantieren die Zermatter Bergbahnen für ideale Aufstiegshilfen in das weitläufige Berggebiet.

Camp Spirit – Frauen coachen Frauen

Mountainbiking ist bei gesundheits- und körperbewussten Ladies stark im Kommen. Zum mountainbiking gehören Bewegung, Koordination, Balance, Kraft und eine Menge Spass. Dieser Sport weckt die positiven Lebensgeister, sowohl bei der Freizeitbikerin als auch bei der Trailriderin. Alle Camp-Teilnehmerinnen werden sehr intensiv von den erfahrenen Coaches profitieren. Die jungen Trainerinnen und ihr Team geben gerne Tipps und Tricks rund ums Biken und stehen jederzeit mit Rat und Tat zur Verfügung. Sie zeigen auf, wie man in Kürze mehr Sicherheit, Fahrvergnügen, Dynamik und Fachtechnik beim Mountainbiken gewinnen kann.

Singletrail-Touren

Mit den beiden Pro's und ihrem Team werden die Camp-Teilnehmerinnen auch die Insider-Singletrails der Region entdecken. Sie lernen auf trickigen Trails nicht nur, wie man Schlüsselstellen meistert und natürliche Hindernisse überwindet, sondern sie erleben auch, Dynamik und Können optimal verbinden.

Fahrtechnik-Training

Sportliche Frauen, die ihre Technik verbessern und ihre koordinativen Fähigkeiten optimieren wollen, profitieren von der strukturierten Ausbildung für Fahrtechnik. Die Trainerinnen kennen die besten Trails und zeigen in der Praxis, wie man sein Bike – selbst in heiklen Situationen – noch besser beherrschen kann. Mehrere Leistungsgruppen mit maximal acht Teilnehmerinnen stehen zur Verfügung – die Einteilung erfolgt nach einer Einstufung vor Ort und den Vorkenntnissen.

Anmelden, spielerisch lernen, Spass haben

Voraussetzungen: Bike, Ausrüstung – Helm, Schuhe, Bike-Bekleidung – sowie bereits entsprechende Erfahrung plus Kondition für mindestens zweistündige Touren. Das Lady's Camp ist ein ideales Sporterlebnis für weibliche Einzelpersonen, Gruppen, Firmen und alle, die gerne gemeinsam mit ihren Kolleginnen etwas Besonderes erleben wollen. Bikerinnen, die Freude an Singletrails haben, sich fahrtechnisch verbessern möchten und in bester Bergluft von Zermatt auch eine grosse Portion Geselligkeit geniessen wollen, sollten sich jetzt unbedingt anmelden unter www.bikezermatt.ch.



Zermatt Bergbahnen AG

Postfach 378

3920 Zermatt

bike@zermatt.ch

+41 27 966 01 01

+41 27 966 01 00

* **bikezermatt.ch**