

Aktivität

Klettern und Yoga

Was

Tourtyp

K (Klettern)

Wann

Startdatum

Sa 10. Jun. 2023 1 Tag

Treffpunkt

Sa 10. Jun. 2023, 8.00 Uhr, Bahnhof Olten

Wer

Gruppe

JO

Tourenleiter 1

Lea Bégue

Tourenleiter 2

Anna-Lea Wyss

Anforderungen Kond.

A,

Marschzeit

Zustieg zum Klettergarten

Route / Details

Yoga ist die ideale Kombination zum Klettern: Wobei Beweglichkeit, Körpergefühl und Fokussierung trainiert wird.

Wir werden einen tollen Tag am Fels verbringen wobei das Klettern mit einer kleinen Yogasequenz ergänzt wird.

Ausrüstung

Klettermaterial und Lunch

Anmeldeinfos

Anmeldung

Telefonisch, Online von Do 1. Dez. 2022

Durchführungsk.

jo@sac-olten.ch / 077 462 65 31