

## 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 Bégué

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