

Trail Running Engelberg

Sonntag, 14. April 2024

SWISS
Lauftreff
LAUFEN WALKING

Detailblatt

„Let it flow“ für Fortgeschrittene

Einleitung

Geplant ist ein erster spannender Loop zum Einlaufen im Gebiet Ristis-Härzlisee, wo wir grandiose Aussichten auf den Titlis und den vielen schneebedeckten Gipfel geniessen können. Im Downhill geht's dann Richtung Schluchtweg der Engelberger Aa entlang zurück nach Grafenort. In unserem langen Downhill passieren wir einige Hängebrücken und geniessen flowige Trails in mystischen moosbedeckten Wäldern und lauschen dem wilden Wasser. Uphill teils auf den Spuren des Swiss Trailrun Pilatus und Downhill über die Boneren/Rehlöcher/Guohubel.

Details/Route

Trailzeit: ca. 3 Stunden. Distanz: ca. 16km.
Höhenmeter: ca. 100Hm+-.

Achtung!

Der Start- und Zielort sind nicht identisch

Zielgruppe

Fortgeschrittene

Anforderung

Du kannst mind. 8-11km/h im Flachen laufen und verfügst über eine gute allgemeine Kondition.

Kursleitung

Nathalie von Däniken und Guido Hermann von up2Peak.

Veranstalter

SwissLauftreff
c/o GO-ON Event GmbH
Kornfeldstrasse 1
6210 Sursee
info@swisslauftreff.ch, 041 921 13 11, www.swisslauftreff.ch

Kursdaten/-zeiten

Sonntag, 14. April 2024. Treffpunkt 09.00 Uhr Engelberg Bahnhof.
Kursende: ca. 14.00 Uhr Grafenort

Anmeldung

Online auf www.swisslauftreff.ch bis Montag, 8. April 2024

Teilnehmerzahl

Min. 6, Plätze sind limitiert (Berücksichtigung nach Anmeldeeingang)

Ausrüstung

Trailrunningschuhe mit gutem Profil, dem Wetter angepasste Kleidung, evtl. Trailrunningstöcke, kleiner anliegender Rucksack mit Verpflegung & Getränk (mind. 1 Liter).

Garderobe & Duschen

Stehen keine zur Verfügung.

Kosten

CHF 20.- pro Person.

Diverses/Richtlinien

- Absage oder Routenänderung bei ganz schlechter Witterung vorbehalten.
- Es werden keine Kurskosten in bar zurückbezahlt.
- Kursübertragung ist nur innerhalb einer Partnerschaft möglich.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.