



fitnesspark.ch/national

Special Events

Juni / August 2019

Samstag, 1. Juni

Exkursion - Den Teufelsspuren auf den Fersen

Dienstag, 6. August

Stand Up Paddeln

Details siehe Rückseite.

Fitnesspark National
Haldenstrasse 23
6006 Luzern
Tel. +41 41 417 02 02

FITNESS  **PARK**
NATIONAL · LUZERN
MIGROS

Samstag, 1. Juni

Exkursion - Den Teufelsspuren auf den Fersen

10.00 Uhr	Eine Rundwanderung durch feuchte Wiesen und über scharfkantige Kalkfelsen mit anschliessendem Abstieg in die Höhle über eine Leiter (8 m). Effektive Wanderzeit: 3.5 Std.	Dauer ca. 6 Std.
Mitbringen:	Wanderschuhe, Regenschutz, warme Bekleidung für den Höhlenbesuch und Verpflegung aus dem Rucksack.	
Treffpunkt:	10.00 Uhr im Schlund, Sörenberg (Parkplatz) oder für Fahrgemeinschaften 08.45 Uhr, Besucherparkplatz Brauerei Eichhof, Kriens	
Kosten:	CHF 25.00/Person (sind vor Ort in bar zu bezahlen)	
Versicherung:	Ist Sache der Teilnehmer	
Anmeldung:	Bis am 25. Mai an der Rezeption im Fitnesspark National	
Leiter:	Jeannette & Pius	

Dienstag, 6. August

Stand Up Paddeln auf dem Vierwaldstättersee

18.00 Uhr	Immer häufiger sieht man die Stand Up Paddler über den See gleiten. Aufrecht stehend auf einem 3-4 Meter langen Board trainiert es den ganzen Körper und verbessert die Balance. SUP ist leicht zu erlernen und verbindet Sport und Spass. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Schwimmen ist jedoch eine Voraussetzung.	Dauer ca. 2 Std.
Mitbringen:	Badesachen	
Treffpunkt:	17.45 Uhr Lido Luzern (Haupteingang)	
Kosten:	CHF 31.50 pro Person (inkl. Instruktor, Brettmiete und Eintritt Lido)	
Versicherung:	Ist Sache der Teilnehmer	
Anmeldung:	Bis am 31. Juli an der Rezeption im Fitnesspark National	
Auskunft:	Bei zweifelhafter Witterung ab 13.00 Uhr unter Tel. +41 41 417 02 02	
Leiterin:	Jeannette	

Anmeldung (Bitte direkt beim Empfang abgeben)

Name, Vorname _____

Telefon _____

Exkursion - Den Teufelsspuren auf den Fersen, Samstag, 1. Juni
Fahrgemeinschaft ja nein

Anmeldefrist: 25. Mai

Anmeldefrist: 31. Juli

Stand Up Paddeln auf dem Vierwaldstättersee, Dienstag, 6. August

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 7.00 - 23.00 Uhr

Samstag und Sonntag: 8.00 - 22.00 Uhr