

## Schneeschuhwandern und Yoga

Donnerstag, 30.01.2020 von 9:00 Uhr bis ca.14:00 Uhr

**Wir wandern in ...**  
Steiermark, Region Murtal, Hohentauern

### Aufgrund der Schneesituation wird die Wanderung nach Hohentauern verlegt.

Für Yoga- wie auch Schneeschuh-Liebhaber eine ganz interessante Kombination: Yoga auf Schneeschuhen! Im Stehen machen wir während der Wanderung mit **Trainerin Carmen Kreditisch (YOGAMI)** verschiedene Übungen, bei denen Dir bestimmt nicht kalt wird. Zum Abschluss gibt es noch eine eigene Indoor-Yoga-Einheit. Für die Teilnahme sind keine Yoga-Vorkenntnisse erforderlich.  
*Tipp: Bei einem Thermenbesuch an diesem Tag erhältst Du ein Überraschungsgeschenk!*

**Die Tourendaten sind ähnlich der ausgeschriebenen Wanderung, somit bleibt der Charakter erhalten.**

### ACHTUNG Neuer Treffpunkt:

9:00 Uhr Café & Restaurant Passhöhe, Tauernstraße 21, 8785 Hohentauern, Tel: 0043 3618 219

### Schneeschuhinfos:

Leichte Tour mit ca. 5 km und 260 Höhenmeter  
Reine Gehzeit: ca. 3,5 Stunden

### Erforderliche Ausrüstung:

Wasserdichte, knöchelhohe Wanderschuhe; Wander- bzw. Teleskopstöcke mit Schneeteller;  
Winter-Sportausrüstung (Haube, Handschuhe, ggf. Gamaschen, Sonnenbrille);  
Rucksack mit Tee und Proviant (Jause, Müsliriegel, Nüsse ...)  
Zusätzlich: Yogamatte & Turngewand

### Ablauf:

- 9:00 Uhr Treffpunkt und Anmeldung in den Räumlichkeiten des Restaurants Passhöhe
- Nach der Anmeldung starten wir mit der Schneeschuhwanderung, die mit Outdoor-Yogaübungen kombiniert wird.
- Ca. 12:30 Uhr Rückkehr zum Ausgangspunkt und Indoor-Yogaübungen
- Ca. 14.00 Uhr Ende der Veranstaltung
- Im Anschluss besteht die Möglichkeit, beim Restaurant Passhöhe zu essen

### Kosten der Veranstaltung:

Preis: € 25,- pro Person für die geführte Schneeschuhwanderung. Schneeschuhe sind im Preis inkludiert. Bitte gib bei der Online-Anmeldung bekannt, ob Du Leihmaterial brauchst.

### Anmeldung und Fragen:

Online-Anmeldung über die Homepage [www.aufschneeschuhwandern.at](http://www.aufschneeschuhwandern.at) – Festival 2020  
Telefonische Anfragen: Fa. WEGES, Tel. 0664 5841417 (Mo – Sa von 8.00 bis 18.00 Uhr)

Allgemeine Info: Das Tourenziel kann sich aufgrund von Schnee- und Wetterverhältnissen kurzfristig ändern.

**Wir freuen uns auf eine gemeinsame Schneeschuhwanderung**  
*Deine Schneeschuh-Guides der Fa. WEGES*



**Veranstalter:**  
TOURISMUSVERBAND FOHNSDORF in der Region Murtal  
8753 Fohnsdorf, Hauptplatz 9, [www.fohnsdorf-tourismus.at](http://www.fohnsdorf-tourismus.at)