



Bundeskoordination Schilanglauf 28.11. – 30.11.2025

Wir laden dich sehr herzlich zur heurigen Bundeskoordination Langlauf in die Ramsau ein.

Koordinationsort:	Ramsau am Dachstein bzw. Dachsteingletscher		
Quartier:	Hotel Matschner, Ort 61, 8972 Ramsau, www.matschner.at		
Anreise:	Landesverantwortliche: Freitag, 28.11.2025, bis 17.00 Uhr Teilnehmer: bis 18.00 Uhr		
Kursende:	Sonntag, 30.11.2025 - 13.00 Uhr		
Kursleitung:	Herbert Schöttl & Stefan Scholz		
Ausbilder:	Barbara Walchhofer, Konstantin Walchhofer, Ladislav Svanda		
Teilnehmerbeitrag:	Instruktoren /ÜL	€ 175,-	
	Gäste	€ 390,-	
	für Halbpension + Mittagsjause im DZ inkl. Loipengebühr.		
Anmeldeschluss:	30.10.2025 - Spätere Anmeldungen werden ausschließlich nach Abklärung der Quartierverfügbarkeit bestätigt.		
Anmeldung:	Online: Die Anmeldung ist mit Einzahlung des Teilnehmerbeitrages auf das Naturfreunde Österreich Konto AT31 1400 0028 1066 5010 gültig. Eine Bezahlung vor Ort ist nicht möglich! Ein Einzelzimmerzuschlag (€ 75,- p.P./Nacht) ist vor Ort zu bezahlen.		
Ausrüstung:	Anforderungsgerechte Bekleidung Skating- und Klassikschi		

Die Gästegruppe wird bei ausreichender Teilnehmerzahl von einem eigenen Gruppenlehrer betreut.

Vorgesehener Zeitplan:

Freitag, 28.11.

bis 17.00 Uhr	Anreise der Länderverantwortlichen
17.00 – 18.00 Uhr	Besprechung Länderverantwortliche
18.00 Uhr	Anreise der Teilnehmer/Abendessen
anschl.	Vortrag:

Samstag, 29.11.

07.30Uhr	Frühstück
09.00 Uhr	Praktische Arbeit auf Schnee
12.00 Uhr	Mittagessen
13.00 – 15.00 Uhr	Praktische Arbeit auf Schnee
17.00 - 18.00	Vortrag: Analyse einer sportmedizinischen Untersuchung Dr. Andreas Reichinger
18:00	Abendessen
anschl.	Vortrag: „Übertraining“ Dr. Andreas Reichinger

Sonntag, 30.11.

07.30 Uhr	Frühstück
09.00 Uhr	Praktische Arbeit auf Schnee
13.00 Uhr	Kursende

Wir wünschen euch einen erfolgreichen Winterauftakt und verbleiben mit herzlichen Grüßen.

Peter Gebetsberger
Schneesport Naturfreunde
0664/500 41 28

Herbert Schöttl
Langlaufverantwortlicher
0664/504 02 42