

**All-in weekprijs (zaterdag - zaterdag)
per persoon voor 8 dagen / 7 nachten,
inclusief halfpension**

Trainings week I: 09 jan – 16 jan 2010
Trainings week III: 30 jan – 06 feb 2010

Twee persoonskamer boszijde	€ 355,-
Twee persoonskamer meerzijde	€ 370,-
Appartement boszijde	€ 375,-
Een persoonskamer boszijde	€ 395,-

Trainings week II: 16 jan – 23 jan 2010
Trainings week IV: 06 feb – 13 feb 2010
Trainings week V: 13 feb – 20 feb 2010

Twee persoonskamer boszijde	€ 405,-
Twee persoonskamer meerzijde	€ 420,-
Appartement boszijde	€ 425,-
Een persoonskamer boszijde	€ 445,-

Voor de 3e of 4e persoon (bij 2 volledig betalenden) in een bijzetbed berekenen wij:
(onder 12 jaar) € 125,-
(vanaf 12 jaar) € 285,-

Inbegrepen in de prijzen zijn toeristen-
(plaatselijke-) en overnachtingsbelastingen



Alle Kamers zijn uitgerust met:

Bad of douche, WC, haarföhn, cosmeticspiegel, telefoon, kleurentelevisie met satelliet aansluiting en radio, kluis en balkon

Ons halfpension omvat:

- Uitgebreid ontbijtbuffet met bio-producten en diverse muesli's
- Lunch snack
- Banket buffet met verschillende thee soorten en zoete lekkernijen uit eigen keuken
- 's Avonds: 5-gangen diner met 4 hoofdgerechten (o.a. vegetarisch) naar keuze en saladebuffet



Op verzoek kunnen wij u aanbieden:

Voor uw geliefde viervoeter berekenen wij € 5,- per dag.
Garage € 3,- per dag
Badjas en Slippers voor de duur van uw verblijf € 4,50

Wellness in de prijs inbegrepen:

Binnenbad, Sauna, Stoomcabine, huid- en voetverzorging, Fitnessruimte, Waterbed met muziektherapie, infrarood-sauna

Tegen betaling:
Massagestoel, Massagen

2010 Top Schaats- trainingsweken

**in Hotel Moser
op het Natuurijs van
de Weissensee
in Oostenrijk**



**Met KNSB -
gediplomeerde
trainers
Frans van Bergen en
Dries Bakker**

www.hotel-moser.at



Schaatsen op het Natuurijs van de Weissensee

Dat er in Nederland bijna geen natuurijs meer is of komt is een veel gehoorde klacht onder de schaatsliefhebbers. Velen zijn daarom op zoek naar **alternatieven** om heerlijk in de **vrije natuur** hun tochten te kunnen schaatsen.

Daarvoor moet echter naar het buitenland worden uitgeweken. In Oostenrijk is de **Weissensee** een vrijwel gegarandeerde en **unieke plek voor goed natuurijs** en een prachtige wintersport omgeving.

Hotel Moser is al jaren het **centrum van waaruit schaatsactiviteiten** plaatsvinden en waar ieder, die aan zijn schaatstechniek of conditie wil werken, terecht kan.

Er wordt door ervaren **KNSB-trainers** aan de schaatstechniek gewerkt, terwijl er daarnaast tijd ingeruimd wordt om ook van de omgeving volop te kunnen genieten.

Er wordt op **verschillende niveaus** lesgegeven, van beginnend schaatser tot ervaren lange afstandrijder, alle deelnemers komen gedurende de dagelijkse trainingen van 1 ½ uur aan hun trekken.

De week wordt afgesloten met een **prestatietocht**, waarvan men zelf de afstand en tijdsduur kan bepalen en die wordt bekroond met een oorkonde en medaille. Zie voor meer details het weekprogramma.

Programma Schaatsweken

Zaterdag:

- Individuele aankomst van deelnemers
- Avondeten; aansluitend gezellig samenzijn in de Bar

Zondag:

- Ontbijt
- Bespreken weekprogramma (toelichting door trainers en inbreng van eigen wensen)
- Indeling van de groepen op het ijs
- Begin van 1e ijstraining
- Inspectie van de schaatsen en mogelijkheid tot slijpen en ronden ervan
- Aanmelding voor Ski- en Langlaufcursus (optie) en peilen interesse Nordic Blading
- Avond; Welkomst cocktail

Maandag:

- Ochtend; 2e ijstraining
- Middag; wandeling naar "Alm Hinterm Brunn"
- Avond; schaatsslijp demonstratie, materiaal- en kledingsadviezen

Dinsdag:

- Ochtend; 3e ijstraining met video opnamen
- Avond; analyse en commentaar videobeelden door trainer

Woensdag:

- Ochtend; 4e ijstraining, gevolgd door langere toertocht voor geoefende rijders
- Middag; Jodel-Rodel Party op de Naggler Alm
- Avond; Lantaarn wandeling afgesloten met Glühwein Party

Donderdag:

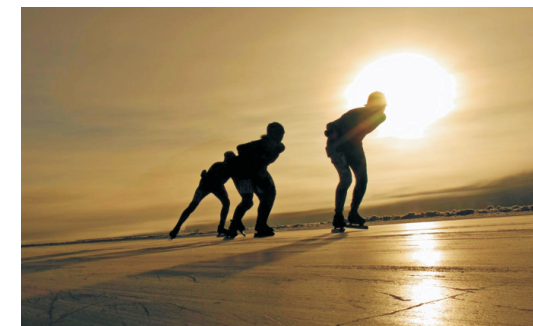
- Ochtend; 5e ijstraining, gevolgd door langere toertocht voor geoefende rijders
- Middag; aanmelden marathon of toertocht vrijdag, incl. info en adviezen door trainers
- Snuffelcursus Nordic Blading (bij voldoende belangstelling)

Vrijdag:

- Ochtend/middag; marathon c.q. toertocht
- Avond; prijsuitreiking en diploma's, uitdelen van Persoonlijk Verbeter Plan, daarna afsluiting van de week met feestavond

Zaterdag:

- Afscheid en terugreis naar huis



Hotel Moser
Techendorf 17
A - 9762 Weissensee
Tel.: +43 4713 2231
Fax.: +43 4713 2250
info@hotel-moser.at

www.hotel-moser.at