

## Sommertrainingscamp № 1 – Bodenmais

---

Vorläufiges Programm → Änderungen im Programm vorbehalten

### Donnerstag, 30. Mai

individuelle Anreise

14 Uhr → Trail Running ~ 4,5 h ~ 27,5 km → Start: Tourismus Zentrale →  
2 Gruppen!!! → für 15 €

17 Uhr → Wanderung ~ 1 h ~ 4 km → zur GutsAlm Harlachberg → inklusive

18 Uhr → Abendessen → GutsAlm Harlachberg → Reservierung erforderlich!

### Freitag, 31. Mai

9:30 Uhr → Entspannt & fit in den Tag | Vitalzentrum → Gratis mit Gästekarte

13 Uhr → Kanutour ~ 3 h → Start: Tourismus Zentrale → für XXX

19 Uhr → Abendessen → Gasthaus Adam-Bräu → Reservierung erforderlich!

### Samstag, 1. Juni

11 Uhr → Rennrad Tour ~ 62 km | 1250 hm → Start Tourismus Zentral → für 10 €

16 Uhr → Café & Kuchen im Winkelstüberl → Reservierung erforderlich!

### Sonntag, 2. Juni

Individuelle Abreise

---

Voraussetzung für das Camp:

Gute Grundlagenausdauer und laufen bis zu 2 h am Stück solltest du können!