

Kosten: 350 €  
Early Bird 290 €\*  
\*bis 08.08.21

GESUNDHEITZENTRUM AM OSTRING

Eine Aktive Auszeit für Deinen Körper, für  
Deinen Geist, für Deine Fitness

# E - M O U N T A I N

*Bike*



## WANN:

Anreise: 10.09.21 14 Uhr

Abreise: 12.09.21 15 Uhr

## BASECAMP:

#heimat im

Badischen Hof

Hauptstraße 36

77815 Bühl



Anfragen und Anmeldung über  
[www.gesundheitszentrum-ostring.de](http://www.gesundheitszentrum-ostring.de)

# PROGRAMM

## Information

### FREITAG 10.09.21

Anreise bis 14 Uhr  
Bike Check  
Biker Check  
Biker Warmup  
15 Uhr Einrollrunde  
zum Schartenberg  
19 Uhr Abendessen



### SAMSTAG 11.09.21

9 Uhr Sattelkontakt  
3 Burgentour  
Techniktraining  
Einkehr  
Nachmittags freie Verfügung  
19 Uhr Abendessen Schwanen

### SONNTAG 12.09.21

9 Uhr Sattelkontakt  
YBurg- und Leisbergtrail  
Einkehr Geroldsauer Mühle  
ca. 14 Uhr Abschluss mit  
Feedbackrunde

#### LEISTUNGEN:

*Bike Check  
Biker Check  
Biker Warmup  
(auch als Heimprogramm)  
Technikeinheiten  
3 geführte Touren  
Akku Service*

#### nicht enthalten:

*Unterkunft  
Verpflegung  
Anreise und Abreise*

Bonus: Akkuservice bei Bedarf