

Tourenplanung

Die dunkle Jahreszeit neigt sich ihrem Ende zu. Die Tage werden länger. Die Kraft der Sonne gewinnt an Intensität. Das Eis beginnt im wahrsten Sinne des Wortes zu strahlen. Das Eis ruft.

Von Ihrer Unterkunft aus starten Sie zu Tagestouren. Die Touren werden von mindestens zwei mehrsprachigen Tourenführern geleitet.

Auf dem Eis sind Sie mit Tourenskates, kleinem Rucksack und Proviant unterwegs. Die Schlittschuhausrüstung bekommen Sie gestellt

Die unten beschriebene Tourenplanung wird jeden Tag dem Wetter und mit Bedürfnissen der Gruppe angepasst.

1.Tag

Wir holen Sie am Flughafen Göteborg Landvetter um **15.00** Uhr am Meetingpoint/Mötesplats ab. Wir haben Schlittschuhe in der Hand! Handynummer 0046702922408

Wir fahren gemeinsam an den Zielort (Fahrzeit mind. 2,5 Std) wo wir gemeinsam zu Abend essen. Nach dem Essen informieren wir Sie über die aktuelle Eislage und die kommenden Tage.

2.Tag

8.00 – 9.00 Frühstück

9.30 Nach dem Essen passen wir die individuelle Ausrüstung an und informieren über Tourentechnik und Sicherheitsfragen

Vormittag: individuelles Schlittschuhtraining, wir trainieren Sicherheitsroutinen und üben das Werfen der Rettungsleine.

Mittagessen

Nachmittag: erste kleine Tour

Zeit für Kaffee

Abendessen

3.Tag

Sie verbringen den ganzen Tag auf dem Eis.

Eine längere Tour im gemächlichen Tempo ist geplant.

Warmes Mittagessen, welches wir draußen auf einer Insel zubereiten.

Zeit für Kaffee

Abendessen

4.Tag

Sie verbringen den ganzen Tag auf dem Eis und nehmen das warme Mittagessen auf dem Eis zu sich.

Heute geht es in etwas schnellerem Tempo über die Seen.

Zeit für Kaffee

5. Tag

Abfahrt nach Göteborg.

Achtung evtl. mit öffentlichen Verkehrsmitteln. **Ankunft ca. 12.00**

Unterkunft

Doppelzimmer und Einzelzimmer je nach Verfügbarkeit.
Toiletten und Duschen befinden sich auf dem Gang.

Wir sind auf der Suche nach dem besten Eis, das bedeutet, dass Flexibilität bei dieser Tour groß geschrieben wird. Daher gibt es einen

Plan B

Schlittschuhlaufen ist wetterabhängig. Normalerweise ist die von uns gewählte Region eissicher. Sollte dies nicht der Fall sein, werden wir mit dem Bus in die nächste eissichere Umgebung fahren. In diesem Fall ist es möglich, dass wir auch eine andere, gleichwertige Unterkunft aufsuchen. Je nach Wetterbedingungen können wir auch auf Wandern, Paddeln, Langlauf- bzw. Tourenski umsteigen.

Mahlzeiten

Wir bereiten typisch schwedische Mahlzeiten zu. Darüber hinaus bemühen wir uns lokal produzierte Waren und wenn irgend möglich, ökologische und fairtrade Produkte einzukaufen.

Frühstückszeit ist in der Regel 8.00 Uhr. Nach dem Frühstück stellen Sie sich Ihr Lunchpaket selbst zusammen und befüllen die Thermoskanne mit einem heißen Getränk Ihrer Wahl. Jeden Tag bereiten wir ein leichtes, warmes

Mittagessen unterwegs am Lagerfeuer zu.

Am **Nachmittag** gibt es Kaffee/Tee in der Unterkunft.

Am **Abend** kochen wir gemeinsam.

Da alle Mahlzeiten inkl. sind geben Sie uns bitte rechtzeitig Bescheid, falls Sie Vegetarier sind. Alkoholische Getränke sind nicht im Preis inbegriffen.

Wir bereiten die Mahlzeiten gemeinsam zu. Darüber hinaus fallen Arbeiten wie Tisch decken, abräumen und spülen an.

Wir stellen folgende Ausrüstung:

Wanderschlittschuhe

Schuhe (**bitte Schuhgröße bei der Anmeldung angeben**)

Eisstöcke

Rettungsleine

Eisdorne

Sie bringen bitte mit:

Feste, hohe Wanderschuhe, Hausschuhe

2 x lange Unterwäsche

Wind- und wasserdichte Jacke

Wind- und wasserdichte Hose (Skihose o. ähnliches)

Regenjacke und Regenhose falls sie nicht 2 wind- und wasserdichte Jacken und Hosen mitnehmen

2 Mützen

2 Paar Handschuhe (gerne ein Paar dünne Fingerhandschuhe und ein Paar Fäustlinge für obendrüber)

Einen dicken warmen Pullover oder besser noch Daunenjacke für die Pausen

2 x Wollsocken

1x wasserdichten Packsack (für die Kleiderreserve, Mülltüte alternativ)

Rucksack ca. 40l mit Hüftgurt und Seitentaschen (Sie sind stationär untergebracht. Falls wir den Standort wechseln wird Ihr Gepäck transportiert. Der 40l Rucksack dient ausschließlich Ihrer eigenen Sicherheit auf dem Eis und ist vorgeschrieben, in Ihren Rucksack sollte eine Garnitur Kleider zum Wechseln passen) Falls Sie keinen Rucksack haben, können Sie diesen auch von uns leihen. Kosten 15 Euro. Bitte unbedingt bei der Anmeldung angeben.

Wasserflasche

Thermoskanne

Plastikdose für Brote

Taschenmesser

Sitzunterlage

Stirnlampe

Knieschutz wie bei Inlinern

Pflicht: Helm (Eishockey, Ski - oder Fahrradhelm)

Wir empfehlen

Lite Extragodis wie die Schweden zu sagen pflegen (eine Extraportion Nüsse, Traubenzucker oder Schokolade)

Schwedisches Geld für die evtl. Sauna, falls zugänglich.

Covid-19

Bei unseren Touren gilt die 2 G Regel. Geimpft und/oder genesen. Je nach Pandemielage behalten wir uns vor zusätzlich einen handelsüblichen Schnelltest für alle anzubieten.

Wir transportieren Sie in Minibussen. Das bedeutet, dass ein Mindestabstand in der Regel nicht eingehalten werden kann. Daher tragen wir Mund-Nasenschutz im Auto. Falls sich die Vorschriften/Pandemielage diesbezügl. verändern, verzichten auch wir gerne auf die Maske.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung: 0561/739 03-40 / -41,

kassel@sport-erlebnisse.de