BIKE & YOGA

RETREAT 2023

...RUBL RIDES
REBECCA MARTE • MTB GUIDE

Anita bewegt
Mental- und Bewegungstraining

Eine Symbiose aus Spannung und Entspannung.
fokussieren und loslassen.
Veränderung und doch im Geleichgewicht .
- BIKEN & YOGA -
zwei Sportarten die nicht zusammenpassen?

An diesen drei Tagen unserer
BIKE & BALANCE Reise im magischen Brandnertal -
werden wir all diese Vorzüge
miteinander verbinden.

WANN

19/20/21 Mai
30/01/02 Juni/Juli
25/26/27 August
08/09/10 September

WO

Pension Madrisa
Brand
Bikepark Brandnertal

WAS DICH ERWARTET?

zwei Tage Bike - Spaß
Verbesserung deiner Fahrtechnik
Tipps und Tricks rund ums Bike
vier Yogaeinheiten
Achtsamkeit
lockere Stimmung
tolle Begegnungen
Tools mit Wirkung

KOSTEN?

€ 449.-

inkl. Vollpension
exkl. vergünstigtes Lifttticket

Bei allen Camps werden bei Stornierung 1 Monat bis 1 Woche vor der Veranstaltung 50% Stornogebühr und 6 - 1 Tag(e) vor Veranstaltung 100% in Rechnung gestellt. Wir empfehlen allen Gästen eine Reiserücktrittsversicherung.

INFO/ ANMELDUNG?

bei Rebecca Marte
hello@ribl-rides.at
+43 660 86 59 730

WIR FREUEN UNS AUF EUCH

Anita und Rebecca

ANFORDERUNGEN?

- Für **"ERFAHRENE EINSTEIGERINNEN** d.h du hast Erfahrung auf einfachen Trails, fährst regelmäßig, wünschst dir aber mehr Sicherheit, Technik und Kontrolle.
- Für **"FORTGESCHRITTENE BIKERINNEN"** (blau / rot / bisschen schwarz geschnuppert) - die sich fundiert mit der Fahrtechnik auseinander setzen möchten.

19/20/21 Mai	"Erfahrene EinsteigerInnen"
30/01/02 Juni/Juli	"Fortgeschrittene BikerInnen"
25/26/27 August	"Erfahrene EinsteigerInnen"
08/09/10 September	"Fortgeschrittene BikerInnen"

Achtung! Begrenzte Teilnehmerzahl!