

...dass es für jeden stimmt:

**Gruppe 1
crackers**

Aufstieg
Powerpur
singletrails
Überwindung
Action
Powerbar
Lenkerbiss
Seesicht
Highjump
Downhill

Höhenmeter/Tag:
1000-1700
Km 40-70

**Gruppe 2
runners**

Anrollen
not taugh
Abzweigung?
Luftseilbahn
Alpenstrasse
Fotoshooting
Coupepause
Seebrücke
Grotto
che bello!

Höhenmeter/Tag:
900-1300
Km 30-50

**Gruppe 3
funners**

Schwimmbad
Warm-Up
easy-spannend
geradeaus
Apéro-Pause
Technik-Training
Coupepause
Aussichtspunkt
Downhill
Grotto

Höhenmeter/Tag:
700-1200
Km 25-35

...und was läuft sonst noch:

- Entspannung
- Gespräche
- Filmabend
- cooles Abendprogramm
- Warm-Up
- Toureninfo
- Gemeinsames Nachtessen mit Seesicht
- Riesentrampolin
- grosses Schwimmbad
- Neue Leute kennen lernen
- Tipps für Bike-Wartung
- motivierendes Bibel-Wort zum Tag vom Hotelier
- Partie Tischfussball
- feines Frühstücksbuffet
- openair-whirlpool
- Cappuccino auf Sonnenterrasse
- nettes Beisammensein



Via Paladina, CH - 6984 Pura
Tel. +41 91 611 20 00
mail@paladina.ch
www.paladina.ch



Via Purasca, CH-6988 Ponte Tresa
Tel. +41 (0)91 606 57 22
info@villadelsole.ch
www.villadelsole.ch



(2)

Mountain-Bike-Woche 2012

Sa.5. bis Sa.12.Mai 2012



Training oder Aktiv-Ferien

Im Tessin ist es einfach fantastisch zu biken!

Die Teilnehmer können selber wählen, wie aktiv sie durch die Berge kurven wollen: ob im Profi-Team oder bei den Neu-Einsteigern, begleitet von ortskundigen Bikeführern, für alle ist gesorgt. (Minimale Bike-Erfahrung und etwas Grundkondition wird aber vorausgesetzt) Neben sportlicher Action haben wir auch tolle Gemeinschaft und werden als Gruppe unvergessliche Tage erleben.

Start-Apero

vom Samstag, 5. Mai bis Samstag, 12. Mai 2012

Treffpunkt: 17.30h zum Apéro auf der Panoramaterrasse des Hotels CENTRO PALADINA Pura im Ticino.

Besonderes

Ersatzteillager vorhanden inkl. Bikegarage. Die Touren finden auf offiziellen Bike-routen statt. (siehe: www.paladina.ch/ticino_bike.html)

Versicherung

*Unfallversicherung ist Sache des Teilnehmers.
Der Organisator lehnt jegliche Haftung ab.*

Die Hotels

Das Paladina liegt auf knapp 400 Meter hoch über dem Luganersee. Unser Gelände, das über 85 000 m² gross ist, bietet eine herrliche Aussicht auf See und Berge, viel Ruhe, einen gepflegten Park mit südländischer Flora, einen Rebberg, einen geheizten Swimmingpool und viel Platz zum Spielen und Entdecken für Kinder. Die zentrale Lage ist ein idealer Ausgangspunkt für geniale Bike-Touren.

Die Villa del Sole ist ein gemütliches Haus mit jahrzehntelanger Tradition. Mit der Liebe zum Detail schaffen wir für jeden Gast eine ganz besondere Wohlfühl-Atmosphäre. Die Erholung beginnt dort, wo der Alltag aufhört: bei uns im reizvollen Malcantone. Der freie Blick in den Sattel von Varese (It), wo die Sonne nie unterzugehen scheint, machen unser Hotel und die drei Dependancen zur Erholungs-oase. Manchmal genügt ein Blick, um sich zu verlieben. Klein, fein, persönlich, familiär: Lassen Sie es sich einfach so richtig gut gehen!

Verpflegung

Unsere Küche ist frisch, saisongerecht und mit südländischem Flair. Selbstgemachte Teigwaren, ofenfrisches Brot, Früchtekonfitüre und erfrischende Obstsafts aus dem eigenen Garten kommen auf den Tisch. Lassen Sie sich kulinarisch mit feinsten Tessiner Spezialitäten verwöhnen. (Lunch für das Mittagessen kann für CHF 13.-- jeweils täglich bestellt werden)

Für die Villa-del-Sole-Gäste besteht die Möglichkeit, sich vortags zum Abendessen im Hotel Paladina anzumelden.

Preise

CHF 60.-- Unkostenbeitrag für die ganze Woche inkl. geführte Tours, Isostar, Abendprogramm (Weindegü, Filme, Vorträge etc.)

Zimmerpreise in CHF pro Pers. und Woche:

Im Paladina: ab 420.-- im Mehrbettzimmer (fliessend Wasser) bis 1050.- im Einzelzimmer (mit WC/Dusche/Balkon) inkl. HP

Im Villa del sole inkl. Frühstück:

Wohnstudios bei 3 Pers. 630.00 (bei 4 Pers. 560.00 (bei 5 Pers. 518.00) (bei 6 Pers. 490.00)

Im Doppelzi. Villa del Sole: 700.00

Im Doppelzi. Casa „Corinzia“ & „Balwin“: 588.--

Das Team

Christian Balwin(4) & Stefan (3), Pege & Marlies (2) sorgen für die Touren Mario Mosimann(2), Hotelier schaut für das Rahmenprogramm & die täglichen Bibel-Power-Motivations-Inputs.

Anmeldung

Erfolgt über die Zimmerreservation bei Hotel Centro Paladina oder Hotel Villa del Sole



(2)

(3)

(4)