

Ich nehme an folgender Veranstaltung teil

ANMELDEFORMULAR

Frau Herr

Name/Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

IG Metall Mitglied: Ja IG Metall Nummer: _____

Veranstaltung:

BERGerholung 12. - 14.5.2023

BERGwandern 21. - 23.7.2023 __ Tour: Leicht Schwer

BERGradeln 21. - 23.7.2023

BERGwandern 15. - 17.9.2023 __ Tour: Leicht Schwer

BERGradeln 15. - 17.9.2023

Begleitung bitte nebenstehend eintragen!

Alle weiteren Preise (Kinder, Triumph-Beschäftigte und zubuchbare Optionen) kannst du bei uns telefonisch, per Mail anfragen oder findest du im Internet.

IG Metall Mitglieder haben Vorfahrt. Wenn nach Anmeldeschluss noch Plätze frei sind, können auch Nichtmitglieder teilnehmen.

Begleitung:

Name _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

 BERGerholung | BERGwandern leicht schwer | BERGradeln

 BERGerholung | BERGwandern leicht schwer | BERGradeln

 BERGerholung | BERGwandern leicht schwer | BERGradeln

 BERGerholung | BERGwandern leicht schwer | BERGradeln

Bitte zurück bis spätestens einen Monat vor dem Termin an:

Kritische Akademie, Salinenweg 45, 83334 Inzell

E-Mail: pohlner@kritische-akademie.de | Fax: 08665/980-5221

VERANSTALTUNGSORT



Kritische Akademie Inzell
Salinenweg 45
83334 Inzell

kritische
akademie
inzell

kritische
akademie
inzell

ANMELDUNG UND INFOS

Alle Infos, Details und Preise findest du online.



www.kritische-akademie.de/de/berg/

Stiftung Bildung und Gesundheitshilfe
Salinenweg 45
83334 Inzell

Telefon: +49 (0) 8665 980 221
Telefax: +49 (0) 8665 980 5221

Web: www.kritische-akademie.de
E-Mail: pohlner@kritische-akademie.de

Nachhaltigkeit liegt uns am ♥ !



www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

BERGsommer

AKTIV & GESUND IN DEN BERGEN



BERGsommer 2023 - PROGRAMM

Tag	BERG erholung	BERG wandern	BERG radeln
Freitag			
bis 18:30 Uhr Anreise	✓	✓	✓
19:00 Uhr Begrüßung	gut ankommen – gut reinkommen		
19:00 Uhr Abendessen	✓	✓	✓
Samstag			
7:30 Uhr Frühstück	✓	✓	✓
8:30 Uhr Los geht's	Workshop	mit dem Bus	mit dem Bike
12:00 Uhr Mittagessen	✓	-	-
19:00 Uhr Abendessen	✓	✓	✓
Sonntag			
8:00 Uhr Frühstück	✓	✓	✓
9:00 Uhr	Workshop	Stretch & Relax anschließend Abreise	
12:00 Uhr Mittagessen	anschl. Abreise		

BERGerholung 12. - 14.5.2023

Nimm dir Zeit für dich - jetzt - nicht später! Persönliche Ziele gehören immer wieder neu überarbeitet. Wann ist der richtige Zeitpunkt? JETZT! Wir zeigen dir in verschiedenen Workshops, wie es gehen kann.

Für deinen Sport, dein Studium, deine Arbeit - überall da, wo du dich selbst motivieren möchtest.

Leben ist Veränderung. Leben heißt ausprobieren, hinfallen und wieder aufstehen. Leben ist Wachstum. Nutze alle Tipps sofort, um dich zu verändern und dein Potential vollständig auszuschöpfen.

Jeder Tag ist kostbar! Nutze ihn...



Wochenende pro Person

im Zweibettzimmer:	292,86 €	IGM Mitglied 242,86 €
im Einzelzimmer:	347,86 €	292,86 €

In den Preisen ist Folgendes enthalten:
Übernachtungen, Vollverpflegung, Workshops, Wellnessanlage Freitag & Samstag

BERGWandern 21. - 23.7.2023 // 15. - 17.9.2023

Beim BERGWandern geht es um Bewegung in der Natur, in unseren schönen Bergen. Die geschulten Referenten werden euch die Schönheit und den Abwechslungsreichtum dieser wunderbaren Bergtouren näher bringen. Es gibt Tipps zum richtigen Wandern und zur Gesundheit in der Natur. Wie gehe ich achtsam mit der Natur um, wie verhalte ich mich in den Bergen, diese Fragen werden wir euch auch beantworten. Genießt den Tag und nehmt eine schöne Erinnerung mit in euren Alltag.

Wir bieten euch zwei Touren an.
Eine leichtere Tour und eine schwierigere Tour – du kannst wählen!



Wochenende pro Person

im Zweibettzimmer:	292,86 €	IGM Mitglied 242,86 €
im Einzelzimmer:	347,86 €	292,86 €

In den Preisen ist Folgendes enthalten:
Übernachtungen, Freitag Abendessen, Samstag Frühstück und Grillabend, Guides und Aktivitäten, Wellnessanlage Freitag und Samstag

BERGradeln 21. - 23.7.2023 // 15. - 17.9.2023

Die wunderbare Berglandschaft des Chiemgaus mit dem Rad selbständig erkunden. In einer netten Gemeinschaft biken, so dass es Spaß macht und die Gesundheit fördert. Das ist die Idee unseres Bike-Treffs an der Kritischen Akademie in Inzell. Wichtig ist, dass jeder und jede auf ihrem Niveau mitradeln kann. Deshalb werden wir euch verschiedene Tourvorschläge an die Hand geben, in denen für jeden etwas dabei ist. Von der ruhigen Einsteigertour bis hin zu wohl dosierten Anstrengung ist alles dabei!

Keine Angst: Wir planen kein Rennen und keinen Hochleistungssport. Der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund.

Du möchtest radeln und deine Familie nicht?
Deshalb haben wir gleichzeitig unser BERGWander-Angebot...
Wähle einfach aus wer, wo, was mitmachen möchte.



Wochenende pro Person

im Zweibettzimmer:	242,86 €	IGM Mitglied 199,36 €
im Einzelzimmer:	292,86 €	249,36 €

In den Preisen ist Folgendes enthalten:
Übernachtungen, Freitag Abendessen, Samstag Frühstück und Grillabend, Tourenvorschläge, Wellnessanlage Freitag und Samstag