



ROCK Ladies Days

Kletter- und Klettersteigcamp für Frauen

10. bis 12. September 2021 Klettergarten Fernau, Stubai Gletscher

Draußen sein, die eigenen Grenzen ausloten und Neues Ausprobieren – das ist bei den ROCK Ladies Days so wie bei allen anderen Ladies Days Events die Devise. Outdoorsport interessierte Frauen können sich von 10. bis 12. September wieder mit Profis an den Fels wagen. Im Klettergarten Fernau am Stubai Gletscher stehen dafür Klettersteige und Sportkletterrouten in diversen Schwierigkeitsgraden zur Verfügung. Staatlich geprüfte Bergführer zeigen, wie's geht, erklären Technik und Sicherheitsmaßnahmen und sorgen mit ihrer lockeren Art für eine gute Stimmung. Mitbringen muss frau nur etwas Mut, dann kann das Abenteuer beginnen.

Nie zu kurz kommt bei den Ladies Days Events der Spaß und die Gemeinschaft. Frau muss niemandem etwas beweisen, außer vielleicht sich selbst. Und dass Frauen mehr können als sie sich selbst oft zutrauen, ist Tatsache. Genauso wie am Rennrad oder Mountainbike haben die Ladies auch am Fels die Chance, zu zeigen welche Power in ihnen steckt. Neben der Übernachtung im 4-Sterne-Hotel und dem professionellen Guiding ist natürlich auch die Leih-Ausrüstung wieder im Package inkludiert. Es gibt also keine Ausrede, es nicht mal zu versuchen. Und eine neue Kletterpartnerin findet sich für Alleinreisende an diesem Wochenende ganz bestimmt auch.

PROGRAMM

- **Freitag, 10.09.2021**
 - 18:30 Uhr Kennenlernen, Programmvorstellung und Abendessen im Hotel
- **Samstag, 11.09.2021**
 - Frühstück im Hotel, Auffahrt Mittelstation und Zustieg
 - 09:30 bis 15:30 Klettersteige für Einsteigerinnen und leicht Fortgeschrittene
 - Mittagspause mit Lunchpaket unterwegs
 - 16:30 bis 18:30 Uhr Coffee-Break und Wellness im Hotel
 - 19:00 Uhr gemeinsames Abendessen im Hotel



- **Sonntag, 12.09.2021**

- Frühstück im Hotel, Auffahrt Mittelstation und Zustieg
- 09:30 bis 15:30 Sportklettern im Klettergarten Fernau für Einsteigerinnen und leicht Fortgeschrittene
- Mittagspause mit Lunchpaket unterwegs
- 16:00 Uhr Talfahrt und Ausklang

Teilnahmevoraussetzungen:

- keine Kletterkenntnisse notwendig
- moderate Fitness und Sportlichkeit
- Schwindelfreiheit
- Covid-19 getestet, geimpft oder genesen

Hotel:

****Bergsporthotel Der Stubaihof, Stubaitalstrasse 64, A-6167 Neustift im Stubaital, www.der-stubaihof.com mit gesundem Frühstücksbuffet, Bioecke, Teebar und nachmittags hausgemachten Strudel und Kuchen, abends ein 5-Gänge-Menü mit frischen, heimischen Produkten (auch vegetarische und vegane Gerichte). Wellnessbereich mit finnischer Schwitzstube, Aromadampfbad, Tiroler Kräuterstube, Infrarotkabine, Panorama Hallenbad und Fitnessraum; Bergsportraum mit Schuhtrockner, gratis Internet, Parkplatz;

Package: EUR 475,- p. P. im Doppelzimmer* / EUR 505,- im Einzelzimmer*

2 Übernachtungen mit Halbpension im ****Bergsporthotel mit Wellnessbereich, Frühstücksbuffet, nachmittags Kuchen und 5-Gänge-Abendmenü, Ortstaxe, 2 Tage Klettersteig/Kletter-Workshop mit staatlich geprüften Bergführern, 2 Tage Leih-Ausrüstung (Klettergurt, Helm, Seile, Karabiner), 2x Lunchpaket, Stubai Super Card mit Berg- und Talfahrt für beide Tage sowie Gratis-Bus.

*Getränke zum Essen sind nicht inkludiert

Details und Anmeldung auf www.ladiesdays.at