

Seilspringen am und auf dem Geschinersee am Sonntag den 16. Juli 2017



- 10:30 Empfang der Skipperinnen und Skipper
- 10:45–11:00 Warm-Up am See
- 11:00–11:45 Kurzdemonstration und Schnupperkurs für alle auf festem Untergrund
- 11:45–12:30 Seilspringen auf den Stand Up Paddling Boards auf dem Wasser
- 12:30–14:00 Mittagessen beim Mühle-Kiosk
- 14:00–16:00 Spass bei SUP & Rope
- 16:00 Glacé / Kaffee / Kuchen und Verabschiedung

Rope Skipping / Schnupperkurs / Show / Spass



- Springseile: Werden kostenlos zur Verfügung gestellt
- SUP-Material: Eigenes mitbringen oder mieten
- Teilnahmegebühr: CHF 10 pro Person, CHF 5 für Jugendliche bis 16 Jahre
- Ersatzprogramm: Bei ungünstiger Witterung werden wir kurzfristig eine Indoor-Variante zur Verfügung stellen
- Informationen: 079 218 03 18
www.mountain-sup.ch
info@wakeup.ch

