



Geführte Radtouren

Ihr einmaliges Fahrrad-Erlebnis in reizvollen und traumhaft schönen Landschaften Oberfrankens!

 Mit Freude und Spaß durch schönste und gesündeste Natur radeln, ob als faszinierende Fahrradtour, oder als spannendes „Brain Riding.“ Sie haben die Wahl und entscheiden ganz unkompliziert, wie Sie ihren Körper und Geist stärken wollen.

 In den Sommermonaten erradeln wir jeweils sonntags den Frankenwald auf interessanten und bezaubernden Routen (Zeitraum: 2-3 Stunden / verschiedene Schwierigkeitsgrade). Auch Fahrradtage (7-8 Stunden) werden angeboten, oder nach ihren Wünschen geplant. Dabei erkunden wir schöne Ziele und Sehenswürdigkeiten in Oberfranken oder angrenzenden Regionen.

Infos & Tipps:

Tourenfahrrad oder Mountainbike ist ein "Muss" (kein Verleih), Helm wird sehr empfohlen, passende Schuhe und Kleidung je nach Wetterlage, Handschuhe. Ein kleiner Rucksack mit Getränken und Wechselwäsche ist ein guter Begleiter.




Beispiel: Sonntagstour 7,00€ / Person bis 4 Teilnehmer,
5,00€ / pro Person ab 5er- Gruppe.
Fahrradtag 79,00€ pro Gruppe (maximal 6 Teilnehmer).



Seminare & Kurse

Angebote für Firmen, Gruppen und Einzelpersonen:
Seminare - Ausbildung - Einzel-Coaching

Seminare:

-  Motivationstraining für Stressmanagement und Burnout-Prävention
-  Humortraining
-  Selbstheilung

Ausbildungen / Kurse:

-  Lachyoga-Leiter
-  Humortrainer
-  NordicWalking
-  Tennis

Herbert W. Schiml - Lachyoga-Lehrer (nach Dr. Kataria School Of Laughter Yoga), Brainwalking- und NordicWalking-Instructor (DNV), Tennistrainer C Leistungssport (BLSV/DOSB)

Anmeldeinformationen:

Sie können sich zu allen Veranstaltungen, einzeln oder als Gruppe anmelden. Nach Festlegung von Ort und Zeit erhalten Sie ein verbindliches Angebot.

Melden Sie sich bitte telefonisch, per E-Mail oder im Internet an:
www.lachyoga-frankenwald.de








Anmeldung bei:
Herbert W. Schiml, 95138 Bad Steben
Mobil: 0175-20 38 434
herbert.schiml@fag-badsteben.de
info@lachyoga-frankenwald.de



Lachschule Frankenwald



-  LachYoga
-  BrainWalking
-  NordicWalking
-  Geführte Radtouren
-  Seminare