

Wichtige Informationen!

SUP Yoga Flow

(Fortgeschrittener Kurs)



Ort: SUP & Kajak Verleih Übersee
Adresse: Julius-Exter-Promenade 31, 83236 Übersee
Tel: 0176 843 70 385



Der Ablauf.

Du wirst herzlich an der Station von einem unsere Yoga Guides begrüßt. Anschließend bekommst Du einen kurzen Überblick zum Ablauf des Kurses. Ablegen deiner Tasche oder Rucksack, oä., kannst Du gerne an unserem Spind. Das ausfüllen des Anmeldebogen zum Kurs gehört auch dazu (jede teilnehmende Person). Am Spind oder den Umkleiden des Strandbads (etwas weiter weg) kannst Du dich Umziehen für den Kurs (Badebekleidung), je nach Witterung bekommst Du einen Neoprenanzug (bei kalten Temperaturen Pflicht) und eine Schwimmweste auf Wunsch. Dann gibt es eine Einweisung und Erklärung zu Paddel und Board, sowie Informationen zum Verhalten und der Sicherheit auf dem Wasser (See). Anschließend bringen wir die Boards zu Wasser und starten unseren 1,5 stündigen SUP Yoga Kurs auf dem Chiemsee.



Das wird gestellt.

- SUP Board, Paddel und Safty-Leash
- Neoprenanzug (Witterungsbedingt)
- Schwimmweste auf Wunsch
- SUP Instruktor (Lehrer)



Teilnahme Voraussetzungen.

- Schwimmkenntnis (wer unsicher ist bekommt von uns eine Schwimmweste)
- Körperliche Gesundheit und Fitness
- keine Paddelerfahrung für diesen Kurs nötig



Nicht zu vergessen.

- Badesachen und Handtuch
- Sonnenschutz (Sonnencreme, Lycra, Cap)
- etwas zu trinken
- eigener Neoprenanzug falls vorhanden
- Brillenband (für Brillenträger)
- trockene warme Kleigung zum wechseln



 Treffpunkt ist an der . SUP Chiemsee Station . auf dem Strandbad Gelände.

 Die Anfahrt.

Von der A8 München/Salzburg an der Ausfahrt Übersee abfahren in Richtung Chiemseestrand. Von der Seestraße kommend auf die rechts abknickende Julius-Exter-Promenade fahren. Dann weiter in Richtung Strandbad, bis Ende der Straße (Cucina Palma/Beach Bar), Julius-Exter-Promenade 31. Vorbei am Strandhaus, Parker Outdoor, Chiemgauhof und Parker Klettergarten. Zugang zur Station bis 17 Uhr über das **Strandbad (Eintritt 2,50€ in der Saison)**, ab 17 Uhr auch über das **Tor der Beach Bar (Eintritt frei)**. **Ausreichend Parkplätze vorhanden.**

 **Wichtig, bitte beachten!**

- Bei der Anreise ausreichend Zeit als Puffer einplanen (Stau, Parkplatzsuche, Weg zur Station)
- Bitte 15 Min. vor Beginn der Tour, Kurs oder Event an der Station sein. Um anderen Gästen ebenfalls einen reibungslosen Ablauf gewährleisten zu können.
- In der freien Natur kann es keine Tourgarantien geben, da wir immer vom Wetter abhängig sind.
- Wir bevorzugen die ehrliche und direkte Art und nehmen die Natur so wie sie gerade ist. Jede Ausfahrt ist anders, jeder Tag ist anders.
- Bei schlechten Wetterbedingungen sind wir aus sicherheits Gründen gezwungen die Tour abzusagen und zu verschieben. Vielen Dank für dein Verständnis.