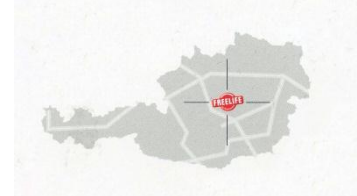


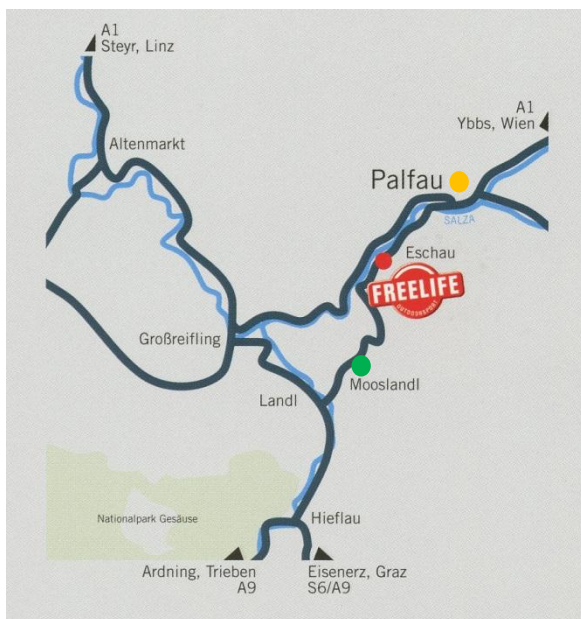


Schulsportwochen bei FREELIFE

Angebote 2012



Die Erlebnisse bei den Schulsportwochen zählen zu den Highlights eines Schuljahres. Bei den Schulsportwochen wollen wir bleibende, positive Eindrücke vermitteln. Durch die flexible Gestaltung der Schulsportwoche, können die Programme den Interessen und zeitlichen Möglichkeiten angepasst werden. Vom eintägigen Schulausflug bis zur Schulsportwoche ist alles möglich.



Unsere Quartierpartner im Salztal - Steiermark:

- Gasthof Eschau – 8923 Palfau
- Gasthof Mooswirt – 8921 Mooslandl
- Gasthof Stiegenwirt - 8923 Palfau

Inhalt:

Schulsport Steiermark	Seite 2 – 6
Quartiere Steiermark.....	Seite 7
Schulsport Niederösterreich.....	Seite 8 - 11
Schulsport Gardasee	Seite 12 - 14

Anmeldung und Anfragen bei:

FREELIFE Outdoorsport GmbH.
Parzerweg 65, 4203 Altenberg

Tel.: 07230/7916

E-Mail: office@freelife.at

Wochenangebote – Steiermark - Salzatal:



Schulsportwoche Steiermark Programm 1:

- » Floßbau halbtägig
- » Bogenschießen ganztägig
- » Hochseilgarten ganztägig
- » Teamtag
- » Geo Caching halbtägig

€ 135.-



Schulsportwoche Steiermark Programm 2:

- » Geo Caching halbtägig
- » Teamtag
- » Hochseilgarten ganztägig
- » Rafting ganztägig
- » Fun Olympiade halbtägig

€ 150.-



Schulsportwoche Steiermark Programm 3:

- » Bogenschießen halbtägig
- » Floßbau halbtägig » Kajak halbtägig
- » Mini Rafting ganztägig
- » Hochseilgarten ganztägig
- » Sportklettern halbtägig

€ 165.-



Schulsportwoche Steiermark Programm 4:

- » Bogenschießen halbtägig
- » Rafting ganztägig
- » Klettersteig mit Flying Fox ganztägig
- » Kajak ganztägig
- » Hochseilgarten halbtägig

€ 170.-

Preis jeweils pro Schüler für das Sportprogramm.

Sportwoche individuell gestaltet - Steiermark:

Je nach möglicher Dauer, Budgetrahmen und Interessen kann das Programm selbst gestaltet werden.

Teamtage-Kennenlerntag



Spannende Übungen fordern und fördern den Teamgeist. Auf der Riesenwippe soll das Gleichgewicht gefunden werden, beim Hindernisparcour ist gegenseitige Unterstützung gefragt, der Säuresee wird mit Holzbretter überquert, durch das große Spinnenetz sollen alle ohne Berührung durchkommen, mit den "Stepping Stones" wird ein „See“ überquert, ...Der Tag verspricht viel Interessantes und Erkenntnisreiches fürs Teamwork.

Schulsport Preis: €30,-

Hochseilgarten



Der Hochseilgarten bietet ein abwechslungsreiches Sportprogramm in 3 bis 14 Metern Höhe. Die unterschiedlichen Parcours ermöglichen ein auf Höhenverträglichkeit und sportliche Ambitionen abgestimmtes Programm. Das neue "Smart Belay" Sicherungssystem bietet eine durchgehend geschlossene Sicherung!

Schulsport Preis: €20,- (Halbtag), €35,- (Ganztage)

Rafting



Die Salza zählt zu den schönsten Raftingflüssen der Alpen. Das Besondere daran ist die naturbelassene Flußlandschaft. Beim Rafting können wasserstandabhängig unterschiedliche Strecken befahren werden. Leichte Stromschnellen sorgen dabei für viel Spaß und Abwechslung. Ein außergewöhnliches Teamerlebnis am Fluß. Der 2. Schwierigkeitsgrad wird nicht überschritten.

Schulsport Preis: €45,-

Klettersteig mit Flying Fox



Unser Klettersteig ist ideal für Klettersteig Anfänger geeignet. Die Klettersteigtour auf den Mendlingstein beginnt ganz leicht, wo die Klettersteigtechnik geübt werden kann. Das Highlight ist ein Flying Fox, bei dem mittels Seilrolle durch die Luft geflogen wird. Beim Abstieg und der anschließenden Abseilstelle kann die herrliche Aussicht auf die Salza und die Hochschwabberge genossen werden.

Schulsport Preis: €40,- (Ganztag)

Floßbauen



Am Badesee Landl soll ein fahrtaugliches Floß gebaut werden. Fässer, Seile und Holzelemente stehen für die Konstruktion zur Verfügung. Spielregeln für den Bau fördern die Koordination im Team. Das Floß wird anschließend bei einer kleinen Rundfahrt am See ausprobiert. Spätestens dort zeigt sich, welches Team ein stabiles, fahrtaugliches Floß gebaut hat. Je nach Witterung werden auch Neoprenanzüge für diese Veranstaltung zur Verfügung gestellt.

Schulsport Preis: €20,- (Halbtag)

Kajakkurs



Der Badesee in Landl bietet beste Voraussetzungen für einen Kajak - Schnupperkurs: Herrliche Lage mit Blick auf die Berge des Nationalpark Gesäuse, das Wasser ist nur 2,5 Meter tief und somit schnell warm und er hat flache Uferbereiche zum Üben der verschiedenen Kajaktechniken. Beim Kajakkurs werden Sitzposition, Paddelhaltung, Paddeltechniken und Spurfahren vermittelt. Unterhaltsame Kajakspiele sorgen für viel Abwechslung und Spaß.

Schulsport Preis: €25,- (Halbtag) €45,- (Ganztag)

Fun-Olympiade



Die Fun Olympiade besteht aus vielen teamorientierten Spielen. Zu jedem Bewerb treten zwei Teams gegeneinander an um Punkte zu sammeln. Es stehen viele Spiele zur Auswahl: Running A, Riesentorlauf, Hosenlauf, Turmbau, Sumpfüberquerung, Magic Bike, Bogenschiessen,....

Schulsport Preis €30,- (Ganztag), €20,- (Halbtag)

3D-Bogenschiessen



Beim 3D Bogenschiessen erhalten die SchülerInnen am Übungsplatz eine ausführliche Einschulung im Bogenschiessen. Danach steht ein sogenannter 3D Bogen Parcours zur Verfügung. Dabei sind im Wald verschiedenste Figuren aufgestellt, die als Zielscheibe dienen. Von markierten Abschlußplätzen wird auf die Ziele mit Pfeil und Bogen geschossen. Ein schöner Konzentrationssport in der freien Natur.

Schulsport Preis:

€30,-

(Ganztag),

€20,-

(Halbtag)

Geo Caching



Ausgerüstet mit GPS, Karte und Kompaß begibt sich ein Team auf Schatzsuche. Die ungefähre Lage des Schatzes zeigt das GPS an und auch mögliche Routen dorthin. Die Schätze sind jedoch nicht einfach zu finden und oft sehr kreativ versteckt. Dabei ist Teamwork und eine gute „Spürnase“ gefragt. Die Schatzroute führt auf Forststraßen und einfach zu begehenden Wegen durch die schöne Naturlandschaft des Salzatal.

Schulsport Preis:

€20,-

(Halbtag),

€30,-

(Ganztag)

Mini Rafting



Das Mini Raft ist die verkleinerte Form eines großen Rafting Boots. Beim Mini Rafting wird zu dritt gefahren und selbständig gesteuert. Der Guide begleitet die Gruppe mit einem eigenen Boot oder fährt bei einem Mini Rafting Team mit. Bei der Fahrt auf einem leichten Abschnitt der Salza gibt es ausreichend Gelegenheiten für Wasserschlachten und sonstige Späße.

Schulsport Preis:

€40,-

(Ganztag)

Klettersteigtour



Unser Klettersteig ist ideal für Klettersteig Anfänger geeignet. Die Klettersteigtour auf den Mendlingstein beginnt ganz leicht. Dort kann die Klettersteigtechnik geübt werden. Die Tour besteht aus abwechslungsreichen Klettersteig Passagen. Immer wieder gibt es herrliche Ausblicke auf die Salza und das Hochschwab Gebirge. Den Abschluß bildet eine spannende Abseilstelle.

Schulsport Preis:

€40,-

(Ganztag)

Sportklettern



Sportklettern hat sich in den letzten Jahren immer mehr zur Trendsportart entwickelt. Bei dem Kurs werden die Klettertechnik und das richtige Sichern vermittelt. Dabei wird "Top rope" gesichert - das Sicherungsseil kommt von oben. Die Schüler können die verschiedensten Routen ausprobieren. Auf unserem Kletterturm sind viele Routen für Anfänger eingerichtet, somit haben alle gute Chancen ganz nach oben zu kommen.

Schulsport Preis: €25,- (Halbtag)

Mountainbiken



Verschiedenste Mountainbikestrecken bieten eine große Tourenausswahl. Alle Touren haben Bergetappen dabei. Es können Routen im Salztal, auf der steirischen Alpentour oder auch Richtung Gesäuse Nationalpark gefahren werden. Die Mountainbikes sind mit Federgabel ausgestattet.

Schulsport Preis: €20,- (Halbtag), €35,- (Ganztage)

Plan für individuelle Gestaltung im Salztal - Steiermark:

	Programm Ganztägig	Programm Vormittag	Programm Nachmittag	Preis
Montag				
Dienstag				
Mittwoch				
Donnerstag				
Freitag				

Gasthof Eschau in Palfau



Der Landgasthof Eschau befindet sich 4 Kilometer außerhalb von Palfau. Die Wiesen rund um das Haus bieten viele Möglichkeiten für verschiedenste Spiele. Sehr gemütlich ist ein abendliches Lagerfeuer. Es stehen 1 Aufenthaltsraum, 2 Gastzimmer und ein Gastgarten zur Verfügung.

Preise Gasthof Eschau 2012 pro Schüler und pro Tag:

	Zimmer mit VP (Lunchpaket für Mittag):	Matratzenlager mit VP (Lunchpaket für Mittag):
bis zur 7. Schulstufe	€ 29,-	€ 26,50
ab der 8. Schulstufe	€ 30,-	€ 27,50

Zimmernaufteilung: 2 Doppelzimmer für Lehrer
3 DZ Schüler6 Schüler
3 - 3 Bettzimmer Schüler.....9 Schüler
1 - 4 Bettzimmer Schüler.....4 Schüler
3 - 5 Bettzimmer Schüler.....15 Schüler
Gesamt.....34 Schüler
Matratzenlager..... 24 Schüler

Informationen zum Gasthof Eschau: Gasthof Eschau, 8923 Palfau 102, Tel.: 03638/274 – www.eschau.at

Hüttendorf beim Hotel Mooswirt



10 kleine Holzhütten mit Veranda und insgesamt 36 Betten stehen zur Verfügung. 8 Hütten sind für je 4 Personen und 2 Hütten für je 2 Personen ausgebaut. Im Hotel Mooswirt erfolgt die Verpflegung und dort stehen auch Aufenthaltsräume zur Verfügung. Die Hütten sind direkt beim Badensee Landl mit Beachvolleyballplatz und Wiesen für Spiele. Eventuell noch einen Schlafsack oder Bettüberzug mitnehmen.

Der Sanitärbereich befindet sich neben den Hütten.

Preise 2012 für die Hütten beim Hotel Mooswirt:

Nächtigung mit Vollpension (Lunchpaket für Mittag) Preis pro Schüler / Tag: € 29,50

Informationen zum Hotel Mooswirt, 8921 Mooslandl 41, Tel.:03633/2592 - www.mooswirt.at

Gasthof Stiegenwirt in Palfau



Der Gasthof befindet sich mitten in Palfau. Die Unterbringung erfolgt in komfortablen Zimmern. Zusatzleistungen: Sauna- und Wellnessbereich – Aufpreis pro Person und Abend € 5,00 (ist ab 4 Personen möglich).

Kapazität: 30 Schüler + Lehrer

Preise 2012 Gasthof Stiegenwirt:

2 - 4 Bettzimmer VP(Mittag Lunchpaket): € 28,50 (wenn Bettwäsche und Handtücher selbst mitgebracht werden) und € 33,50 (inkl. Bettwäsche) Informationen zum Gasthof Stiegenwirt: 8923 Palfau Palfau 159, Tel.: 03638/219 - www.stiegenwirt.at

Wochenangebote – Niederösterreich - Hochkar:



Unser Quartierpartner am Hochkar:

- Schulschiheim Hochkar

Das Haus ist sowohl für Indoor als auch für Outdoor Aktivitäten ein komfortables Quartier. Es gibt im Haus großzügige Möglichkeiten für zahlreiche Aktivitäten. Als Ausgangspunkt für Outdoor Aktivitäten ist es zentral gelegen.

Beschreibung: 230 Betten in Zwei-, Drei- und Vierbettzimmern und einem Siebenbettzimmer, davon 27 Zimmer mit Du/WC, Telefon und Sat-TV. Alle Zimmer mit Stockbetten, Fließwasser k/w, ausreichend Etagenduschen und Etagen-WC's, 4 Speisesäle, tw. noch weiter teilbar, 3 Aufenthaltsräume mit Tafeln, TV und Filmleinwand ausgestattet, 1 großer Lehrsaal mit Tonfilmprojektor 16 mm, Tafel, Video, Overhead und Diaprojektor, 2 Zentralgarderoben, 2 Schiställe, 2 Trockenräume und 2 Schiwerkstätten, Sauna, Dampfkammer, vollautomatische Kegelbahn (2 Bahnen), Turnsaal, Tischtennis-Raum

und eine großzügig eingerichtete Kraftkammer, zusätzlich eine große Sporthalle, im Sommer als Vierfachhalle (Basketball, Volleyball, Badminton, Klettern, Gymnastik u.a.m.) und als Zweifachhalle für Handball, Fußball u.a.m. Weiters steht eine Freiluftsportanlage zur Verfügung, 3 Tennisplätze (Plexipave) - auch für Handball und Fußball geeignet, 1 Tartananlage für Hochsprung, Basketball und Volleyball, LA-Anlage (Tartan) - 100 m Bahn und Weitsprung.

Preise VP 2012:

Bis einschließlich zur 4. Schulstufe VP: € 33,60, ab der 5. Schulstufe VP: € 35,60



Schulsportwoche NÖ Hochkar Programm 1:

- » Klettern halbtägig
- » Hochseilgarten ganztägig
- » Teamtag
- » Geo Caching halbtägig
- » Bogenschiessen halbtägig
- » Höhle halbtägig

€ 160,-



Schulsportwoche NÖ Hochkar Programm 2:

- » Rafting ganztägig
- » Klettersteig ganztägig
- » Hochseilgarten ganztägig
- » Geo Caching halbtägig » Bogenschiessen halbtägig
- » Höhle halbtägig

€ 180.-



Schulsportwoche NÖ Hochkar Programm 3:

- » Rafting ganztägig
- » Hochseilgarten ganztägig
- » Teamtag
- » Geo Caching halbtägig » Höhle halbtägig
- » Klettern halbtägig » Bogenschiessen halbtägig

€ 195.-

Sportwoche individuell gestaltet - Hochkar:

Je nach möglicher Dauer, Budgetrahmen und Interessen kann das Programm aus folgenden Angeboten selbst gestaltet werden:

Teamtag-Kennenlerntag



Am Hochkar sind spannende Teamstationen aufgebaut. Im Team soll auf der Riesenwippe das Gleichgewicht gefunden werden, der Säuresee wird mit Holzbretter überquert, die "Wall" soll überklettert werden, mit den "Stepping Stones" wird ein imaginärer Fluß überquert. Der Tag verspricht viel Interessantes und Erkenntnisreiches fürs Teamwork.

Schulsport Preis:

€ 30.-

Hochseilgarten



Der Hochseilgarten am Hochkar bietet ein abwechslungsreiches Programm in bis zu 12 Metern Höhe. Es wird auf Seilen, Balken und Holzelementen balanciert. Zusätzlich steht eine Riesenleiter fürs Teamclimbing zur Verfügung. Am Pamper Pole kann eine spannende Mutprobe absolviert werden.

Schulsport Preis:

€ 20.-

(Halbttag),

€ 35.-

(Ganzttag)

Rafting



Die Salza zählt zu den schönsten Raftingflüssen der Alpen. Das Besondere daran ist die naturbelassene Flußlandschaft. Beim Rafting können wasserstandabhängig unterschiedliche Strecken befahren werden. Leichte Stromschnellen sorgen dabei für viel Spaß und Abwechslung. Ein außergewöhnliches Teamerlebnis am Fluß. Der 2. Schwierigkeitsgrad wird nicht überschritten.

Schulsport Preis:

€45,-

Fun-Olympiade



Die Fun Olympiade besteht aus vielen teamorientierten Spielen. Zu jedem Bewerb treten zwei Teams gegeneinander an um Punkte zu sammeln. Es stehen viele Spiele zur Auswahl: Running A, Riesentorlauf, Hosenlauf, Turmbau, Sumpfüberquerung, Magic Bike, Bogenschiessen,....

Schulsport Preis

€20,-

(Halbtag)

€30,-

(Ganztag)

Geo-Caching



Ausgerüstet mit GPS, Karte und Kompaß begibt sich ein Team auf Schatzsuche. Die ungefähre Lage des Schatzes zeigt das GPS an und auch mögliche Routen dorthin. Die Schätze sind jedoch nicht einfach zu finden und oft sehr kreativ versteckt. Dabei ist Teamwork und eine gute „Spürnase“ gefragt. Die Schatzroute führt auf Forststraßen und einfach zu begehenden Wegen durch die schöne Naturlandschaft des Hochkars.

Schulsport Preis:

€20,-

(Halbtag),

€30,-

(Ganztag)

Klettersteigtour



Der Hochkar Klettersteig ist ideal für Klettersteig Anfänger geeignet. Während des Aufstiegs sind abwechslungsreiche Klettersteig Passagen mit Seilbrücken und Quergängen. Die herrliche Aussicht ins Alpenvorland ist ein landschaftlicher Genuß.

Schulsport Preis:

€40,-

(Ganztag)

Höhle tour



Der Hochkar - Schacht ist eine eindrucksvolle Höhle mit riesigen Hallen. Bei unserer Abenteuer Höhle tour wird auch durch enge Gänge gekrochen und dabei die „Unterwelt“ hautnah miterlebt. Den Abschluß bildet ein Flying Fox durch die Höhle zum Ausgang. Eine spannende Reise in eine "andere Welt".

Schulsport Preis: € 20,- (Halbtag)

3D Bogenschiessen



Beim 3D Bogenschiessen erhalten die SchülerInnen am Übungsplatz eine Einschulung im Bogenschiessen. Es stehen sogenannte 3D Ziele zur Verfügung. Dabei sind verschiedenste Figuren aufgestellt, die als Zielscheibe dienen. Von markierten Abschlußplätzen wird auf die Ziele mit Pfeil und Bogen geschossen. Ein schöner Konzentrationssport in der freien Natur und Schlechtwetter in der Halle.

Schulsport Preis: € 20,- (Halbtag)

Sportklettern



Das Schulschiheim hat eine Indoor - und Outdoor Kletterwand. Bei dem Kurs werden die Klettertechnik und das richtige Sichern vermittelt. Dabei wird "Top rope" gesichert – das Sicherungsseil kommt von oben. Es können die unterschiedlichsten Routen ausprobiert werden.

Schulsport Preis: € 25,- (Halbtag)

Plan für individuelle Gestaltung am Hochkar - Niederösterreich:

	Programm Ganztägig	Programm Vormittag	Programm Nachmittag	Preis
Montag				
Dienstag				
Mittwoch				
Donnerstag				
Freitag				

Sportwoche am Gardasee – Torbole:



Der Gardasee ist schon seit jeher ein beliebtes Urlaubsziel. Speziell im Frühjahr locken die sommerlichen Temperaturen und der südliche Flair, um wieder Sonne aufzutanken.

In Torbole, Riva oder Arco gibt es einladende Altstädte mit engen Gassen, wo sich's gemütlich bummeln lässt und so manche Gelateria zu einem Besuch einlädt.

Der nördliche Teil des Gardasees gilt als wahres Eldorado für Outdoor Sportler. Bei unseren Sportwochen sind Sportklettern, Klettersteigtouren und Canyoning die besonderen Sport - Highlights. Es werden ausschließlich Touren durchgeführt, die für Schüler geeignet sind!

Programm



- » Klettersteig Colodri
- » Sportklettern
- » Canyoning
- » Sportklettern oder Geo Caching
- » Canyon - Klettersteig

Preis pro Schüler:

€ 195,-

Programmbeschreibung:

Klettersteig-Colodri



Der Colodri Klettersteig bei Arco ist ideal für Klettersteig Anfänger. Die Klettersteig Tour beginnt ganz leicht. Bis zum Gipfelkreuz sind geneigte Platten, die durchgehend mit einem Stahlseil abgesichert sind. Der Abstieg auf der Rückseite des Berges führt vorbei an Weingärten und durch die engen Gassen der Altstadt von Arco. Am Marktplatz von Arco kann das italienische Eis probiert werden.

Canyoning



Die Berge rund um den Gardasee bieten beste Bedingungen fürs Canyoning. Ausgerüstet mit dicken Neoprenanzügen, Helm und Canyoning Gurt wird gestartet. Wir begehen einen abwechslungsreichen und landschaftlich sehr schönen Canyon. Es gibt Wasserrutschen, Sprünge und kurze Abseilpassagen. Je nach Witterung können unterschiedlich lange Strecken begangen werden.

Sportklettern



Sportklettern hat im Norden des Gardasees bereits eine lange Tradition. Kletterer aus aller Welt sind an den Felsen des Gardasees zu treffen. Es gibt viele Klettergebiete, die bestens abgesichert sind und hervorragende Felsen fürs Klettern bieten. Bei unserem Sportkletterkurs wird "Top rope" geklettert, sodaß nach Lust und Laune verschiedenste Kletterrouten ausprobiert werden können - und mit einer tollen Aussicht auf den Gardasee.

Geo-Caching



Ausgerüstet mit GPS, Karte und Kompaß wird auf Schatzsuche gegangen. Neben geheimnisvollen Schätzen, werden auch die mittelalterlichen Städte und die phantastische Landschaften beim Gardasee entdeckt. Somit wird diese Geo Caching Tour nicht nur zu einer Schatzsuche sondern auch zu einer Entdeckungsreise durch die Region. Wahlweise kann alternativ zum Geo Caching eine Canyoning Tour gemacht werden oder ein Tag geklettert werden.

Canyon-Klettersteig



Der Klettersteig führt durch die Drena Schlucht. Die Landschaft ist außerordentlich beeindruckend. Man klettert entlang von Wasserfällen und durch eine eng gewundene Canyonlandschaft. Im mittleren abschnitt ist eine jungelartige Landschaft, wo eine abenteuerliche Seilbrücke über einen Wasserfall überquert werden kann. Der Ausstieg befindet sich bei der Drena Burg, von wo aus im Mittelalter das obere Sarcatal überwacht wurde

Organisatorisches:

Wir können die Sportprogramme nur durchführen, wenn ein Bus für die gesamte Woche zur Verfügung steht!

FREELIFE organisiert die Sportprogramme, wir reservieren das Quartier und auf Wunsch vermitteln wir auch die Anreise mit dem Bus. Er soll nicht höher als 3,50 Meter sein.

Je nach Budgetrahmen kann am Montag angereist werden und am Freitag früher Nachmittag wieder die Heimreise angetreten werden. Somit sind nur 4 Hotelübernachtungen nötig.

Club Hotel La Vela



Die Klassen sind im **** Club Hotel La Vela einquartiert.

Preise mit HP in Mehrbettzimmer:

Bis 31.5.2012 € 25,- pro Schüler und Nacht

Ab 1.6.2012 € 26,50 pro Schüler und Nacht

Erweitertes Frühstück pro Tag € 2,-

Einzelzimmerzuschlag pro Nacht € 16,-

Österreichische Guides von FREELIFE - als Ansprechpartner und Betreuer – sind während der ganzen Woche dabei.

Betreutes Programm: Ca. 5 Stunden pro Tag.

Wir empfehlen ein Busunternehmen, das regelmäßig Fahrten für ihre Schule durchführt diesbezüglich zu kontaktieren. Falls erwünscht können wir auch Angebote für sie einholen.