



2025

Tourenblatt 3 / 2025

Munggärün

Der Munggärün ist ein Nachtskitourenlauf welches jedes Jahr im Januar in Elm stattfindet. Es zieht unzählige Sportlerinnen und Sportler aus der Umgebung an und bietet eine einmalige Atmosphäre. Auch die JO wird zum dritten Mal dabei sein. Also, mitmachen lohnt sich!

Datum	Samstag, 18. Januar
Leiter	<u>Saskia Stengele</u>
Besammlng	16:30 Bahnhof Schwanden/ 17:00 Sportbahnen Elm
Programm	Mit dem Auto geht es zu den Sportbahnen Elm. Dort werden wir zuerst unsere Startnummern und Goodies abholen. Dann wärmen wir uns gemeinsam auf, bevor es dann zum Startschuss des Munggärüns kommt. Nun gilt es, 740 Höhenmeter auf einer Distanz von über 5 Kilometern zu bewältigen. Wenn wir dies gemeinsam geschafft haben, gehen wir zusammen in ein wohlverdientes und kostenloses z'Nacht im Ampächli.
Anforderungen	Für alle geeignet!
Ausrüstung	Skitourenausrüstung, guter Kälteschutz, evtl Wechselkleider, Stirnlampe . (Der Rucksack kann an der Talstation abgegeben werden und wird mit der Bahn zum Ämpächli transportiert.)
Kosten	30.-
Rückkehr	ca. 21:30 Uhr
Auskunft	Freitag, 19:00 – 21:00 Uhr, 079 918 99 03 (Saskia Stengele)
Anmeldung	Telefonisch oder per SMS / WhatsApp bis Montag 13.1.2025 Telefon: 079 918 99 03 (Saskia Stengele)

