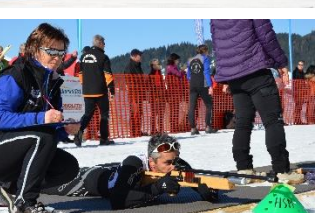
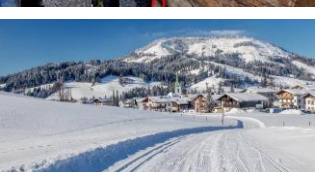


Trainieren und reüssieren: Auf zum 15. Volksbiathlon Hochfilzen



Hochfilzen ist Hochburg des Biathlons. Hier, wo Spitzensportler im Weltcup ihr Bestes geben, können sich einmal im Jahr auch Amateure messen – und mit Spaß an der Freud' ihr Wettbewerbs-Gen pflegen. Am 10. März 2024 findet der 15. Volksbiathlon statt. Erfahrene Trainer geben in Vorbereitungskursen Technik-Tipps und verraten die besten Tricks, damit es auch bei hohem Puls mit dem Zielen und Treffen klappt. Auf dem vier Kilometer langen Rundkurs treten anschließend rund 400 Hobby-Biathleten gegeneinander an, darunter auch einige Stars der Szene. Wir wohnen in der ersten Reihe, direkt an der Loipe: Im Fairhotel Hochfilzen ist die Nordic Academy untergebracht, die den Volksbiathlon organisiert und uns optimale Trainingsmöglichkeiten bereitstellt. Das Fairhotel Hochfilzen ist übrigens das erste Passiv-Energie-Hotel Tirols und verbraucht 90 Prozent weniger CO2 als herkömmliche Betriebe. Hotelier und Landwirt Hans Eder und Markus Förmer von der Nordic Academy stellen uns ihr Konzept vor: sanfter Wintersport – fair zur Umwelt, fair zum Gast. www.fairhotel-hochfilzen.at, www.nordicacademy.at

Hinweis 1:

Wer nicht am Volksbiathlon teilnehmen möchte, genießt die Zuschauer-Perspektive.

Hinweis 2:

Reisekosten werden bis 150 Euro erstattet, eine Begleitperson (DZ) ist herzlich willkommen.

Freitag, 8. März

- ab 15.00 Uhr Check-in im Fairhotel Hochfilzen im Pillerseetal
Kulturhausstraße 1, A-6395 Hochfilzen, Tel.: +43 535 923 456
- 18.00 Uhr Treffpunkt zum Aperitif an der Hotelbar. Hotelchef Hans Eder und Markus Förmer, Sportwissenschaftler und Chef der Nordic Academy, erklären ihren Ansatz: **sanfter Wintersport – fair zur Umwelt, fair zum Gast**
- anschließend Gemeinsames Abendessen

Samstag, 09. März

- 09.00 Uhr Treffpunkt in der Nordic Academy zum Ausleihen der Langlauf-Ausrüstung und **Training mit Coach**. Für Einsteiger stehen die Grundlagen auf dem Programm, für Fortgeschrittene geht's um Techniko Optimierung
- 12.00 Uhr Mittagessen
- ab 13.30 Erst liegend, dann stehend: Beim Probeschießen ist Konzentration gefordert
- danach Entspannter Spaziergang mit Hans Eder zum Biathlonstadion Hochfilzen und **Blick hinter die Kulissen des Weltcup-Austragungsortes**. 2017 waren hier die Stars der internationalen Szene bei der Weltmeisterschaft zu Gast
- anschließend Rückkehr ins Hotel und im Wellnessbereich entspannen oder weiter sporteln. Wenn's dunkel wird, absolviert man vor der Hoteltür auf **Tirols erster Solar-Loipe** seine Runden mit gutem Gewissen
- 19.00 Uhr Gemeinsames Abendessen

Sonntag, 10. März

- ab 9.00 Uhr Für Teilnehmer am Volksbiathlon: nochmal Probeschießen, bevor es ernst wird
- 10.00 Uhr Startschuss zum **15. Volksbiathlon**. Mitmachen oder zuschauen und anfeuern
- danach Siegerehrung und Mittagessen
- anschließend Entspannung im Hotel
- 16.00 Uhr Winterwanderung mit Hans Eder zur Hoametzlhütte. Nach dem gemütlichen tirolerischen Abendessen geht es mit dem Rodel zurück ins Tal und zum Hotel

Montag, 11. März

- bis 10.00 Uhr Check-out und individuelle Abreise