FAQ FÜR TEILNEHMENDE

• WER KANN AN LET'S TRAIL-ANGEBOTEN TEILNEHMEN?
Die Let's Trail-Schnupper- und Einstiegsangebote wenden sich vordergründig an Hobbyläufer*innen sowie Trailrunning-Einsteiger*innen. Trailrunning-Experten vermitteln die Grundlagen der Lauftechnik für das Trailrunning. Angesprochen werden sowohl Tourismusgäste wie auch Einheimische.

• WELCHE AUSRÜSTUNG IST NOTWENDIG?
Um teilzunehmen, sind Trailrunningschuhe oder Laufschuhe mit gutem Profil sowie Laufbekleidung (inkl. Regenjacke bei schlechtem Wetter) notwendig.

• WIE SCHWIERIG SIND DIE LET'S TRAIL-ANGEBOTE?
Es werden kurze Strecken mit kleinen Höhenunterschieden gelaufen; es genügt deshalb eine allgemeine Fitness. Beim Modul 1 handelt es sich um einen allgemeinen Einstieg in die Sportart, beim Modul 2 wird die Technik beim Laufen bergauf und bergab genauer vorgestellt und angewendet. Idealerweise besucht man die beiden Module nacheinander.

• WAS KOSTET LET'S TRAIL?
Die Teilnahmegebühr beträgt CHF 50.00 pro Modul.

• WO KANN MAN SICH ANMELDEN?
Die Anmeldung erfolgt nur online unter letstrail.ch bis 24 Stunden vor der Durchführung.

• WO WIRD LET'S TRAIL DURCHGEFÜHRT?
Let's Trail-Angebote finden im Sommer und Herbst 2023 an unterschiedlichen Orten im Kanton Graubünden statt. Die aktuelle Liste inkl. Durchführungsdaten finden Sie unter letstrail.ch.

• WER BIETET LET'S TRAIL AN?
Die Kurse werden von den Tourismusdestinationen angeboten und von zertifizierten Trailguides oder selbstständigen Trailrunning-Coaches sowie von Läufergruppen-Leitenden durchgeführt.

Let's Trail wird von graubünden Trailrun organisiert und koordiniert.

Version März 2023