



Soroptimist International
GSTAAD - SAANENLAND

3. WINTER-WOCHENENDE SAANENLAND

13. bis 15. März 2020



Liebe Soroptimists

Die Berggipfel im Saanenland sind bereits schneebedeckt - der Winter steht vor der Türe. Höchste Zeit also, Euch zum 3. Winter-Wochenende ins Saanenland einzuladen. Wir haben wiederum ein abwechslungsreiches, sportliches, kulinarisches und gemütliches Programm für Euch zusammengestellt. Wer möchte vom 13. bis 15. März 2020 ein tolles Wochenende im Saanenland mit Soroptimists aus verschiedenen Clubs der Schweiz verbringen?

PROGRAMM

Freitag, 13. März 2020

- **Gemütliches Get-together** ab 19 Uhr in Michel's Stallbeizli in Gstaad (stallbeizli.ch)
Apéro riche: Fr. 28.-- pro Person inkl. 1 Willkommens-Drink (alle weiteren Getränke extra).

Samstag, 14. März 2020

- **Skifahren mit Caroline und Marlen** im Skigebiet Horneggli / Saanersloch
Treffpunkt: 9 Uhr Talstation Sesselbahn Schönried-Horneggli.
- **Winterwanderung mit Ursel** (ca. 10 bis 13 Uhr)
Schönried - Gstaad mit Besuch des Spiegelhauses des international bekannten Künstlers Doug Aitken.
Treffpunkt: wird am Freitagabend bekannt gegeben.

- **Langlauf mit Christa** (10 bis 12 Uhr)
Treffpunkt: wird am Freitagabend bekannt gegeben.
- **Besuch der Käsegrotte in Gstaad** (13.30 bis 15 Uhr)
(molkerei-gstaad.ch/de/molkerei/kaesegrotte)
Treffpunkt: wird am Freitagabend bekannt gegeben.
Kosten: Fr. 25.-- pro Person.
- **Yin-Yoga mit Stephanie**
14.30 Uhr und 16 Uhr für je 4-8 Personen (1 ¼ Std.) bei Yoga Gstaad (yogagstaad.ch)
Beim Yin Yoga steht die Entspannung im Mittelpunkt. Es geht darum, das Bindegewebe zu dehnen. Yin-Stellungen sind eher passiv, so dass man seine Muskeln entspannen kann. Wir atmen uns in eine schöne, entspannte Körper- und Geisteshaltung begleitet von sanften Klängen – ein perfekter Ausgleich nach einem sportlichen Tag! Keine Vorkenntnisse notwendig.
Kosten: Fr. 25.-- pro Person.
- **Bergfahrt, Apéro und Fondue-Plausch auf dem Wasserngrat in Gstaad**
(wasserngrat.ch)
Treffpunkt: **18.30 Uhr** Talstation Wasserngrat, Gstaad.
Warme Kleider und gute Schuhe anziehen (Fahrt mit Sesselbahn!).
Kosten: ca. Fr. 90.-- pro Person (je nach Teilnehmerzahl) für Berg- und Talfahrt Sesselbahn, Apéro, Salat, Fondue, Dessert, Bergwasser à discrétion (alle anderen Getränke extra).

Sonntag, 15. März 2020

- **Schneeschuh-Wanderung mit unterhaltsamem Wanderleiter**
(09.30 bis 15.30 Uhr mit Einkehr-Pause)
Genusstour für Einsteiger unter kundiger Führung
Ausrüstung: bequeme Wanderausrüstung (Wanderschuhe, Skistöcke).
Schneeschuhe können vor Ort gemietet werden (Fr. 30.--).
Treffpunkt: wird am Freitagabend bekannt gegeben
Kosten: Fr. 50.-- pro Person
- **Skitour im Saanenland**
Ein erfahrener Bergführer begleitet uns in eine unberührte Ecke des Saanenlandes.
Anforderungen: gutes und sicheres Skifahren neben den Pisten, Kondition für ca. 3 Std. Aufstieg, eigene Ausrüstung mitnehmen
Kosten: Fr. 100.-- pro Person (mind. 6 Teilnehmerinnen)
Weitere Infos erfolgen nach der Anmeldung.

Unser Spendenkässeli

Wir organisieren dieses Wochenende vor allem um die Freundschaft mit anderen Clubs zu pflegen und ein paar gemütliche Stunden im Kreise von Soroptimistinnen zu verbringen aber natürlich auch um Geld für unsere Projekte zu generieren. Dieses Mal geht der Reinerlös des Wochenendes an das Projekt unserer Präsidentin Christa Cairoli - die Finanzierung einer Lagerwoche der Heilpädagogischen Schule Gstaad.

Die oben angegebenen Beträge für die verschiedenen Aktivitäten (ausgenommen Skitour) gehen vollumfänglich an die Heilpädagogische Schule. Da wo kein Preis steht, dürft Ihr gerne etwas nach Eurem Ermessen spenden. Wir werden an den beiden Abenden ein

Spendenkässeli zirkulieren lassen und freuen uns sehr über Eure Unterstützung. Schon im Voraus: Besten Dank!

Hotels

- **Hotel le Petit Relais** (geführt von unserer Clubschwester Solveig Lanz)

lepetitrelais.ch

Spezialpreise:

Einzelzimmer:	Fr. 113.-- pro Übernachtung inkl. Frühstück
Doppelzimmer zur Einzelbelegung:	Fr. 123.-- pro Übernachtung inkl. Frühstück
Doppelzimmer:	Fr. 93.-- pro Person und Übernachtung inkl. Frühstück

- **Hotel Spitzhorn in Saanen** (geführt von unserer Clubschwester Ilse Wichman)

spitzhorn.ch

Spezialpreise:

- Doppelzimmer zur Einzelbelegung: Fr. 160.-- bis Fr. 240.-- pro Übernachtung inkl. Frühstück
- Doppelzimmer zur Doppelbelegung: Fr. 115.-- bis Fr. 160.-- pro Person und Übernachtung inkl. Frühstück

- **Hotel Huus in Saanen**

huusgstaad.com

Spezialpreise:

- Einzelzimmer: Fr. 165.-- pro Übernachtung inkl. Frühstück
- Doppelzimmer: Fr. 150.-- pro Person und Übernachtung inkl. Frühstück

Reservation: weilquni@huusgstaad.com

- **Hotel Gstaaderhof in Gstaad**

gstaaderhof.ch

Spezialpreise:

- Einzelzimmer: Fr. 181.-- bis Fr. 191.-- pro Übernachtung inkl. Frühstück
- Doppelzimmer: Fr. 176.-- bis Fr. 186.-- pro Person und Übernachtung inkl. Frühstück

- **Hotel Ermitage in Schönried**

ermitage.ch / 10% Rabatt auf den Zimmerpreisen

- Weitere Hotelangebote unter gstaad.ch.

Vermerk „Sorooptimist-Winter-Wochenende“ bei allen Buchungen!

Wir freuen uns, wenn möglichst viele Sorooptimists an unserem Winter-Wochenende teilnehmen. Wir hoffen auf schönes Wetter und ein tolles Wochenende mit Euch!

Herzliche Grüsse

Sorooptimist-Club Gstaad-Saanenland

ANMELDUNG

Name	Vorname
Club	
E-Mail Adresse	
Mobile	
Anreise: Auto ÖV	

Freitag, 13. März 2020

- **Get-together** in Gstaad ab 19.00 Uhr

Samstag, 14. März 2020

- **Skifahren** mit Caroline und Marlen 09.00 Uhr
- **Winterwanderung** mit Ursel 10.00 bis ca. 13.00 Uhr
- **Langlauf** mit Christa 10.00 bis ca. 12.00 Uhr
 - klassisch
 - Skating
 - Skating-Grundkurs
- **Besuch Käsegrotte** in Gstaad 13.30 bis 15.00 Uhr
- **Yin-Yoga** mit Stephanie 14.30 bis 15.45 Uhr
- Yin-Yoga mit Stephanie 16.00 bis 17.15 Uhr
- **Fondue-Abend auf dem Wassergrat** 18.30 Uhr

Sonntag, 15. März 2020

- **Schneeschuh-Wanderung** 09.30 bis 15.30 Uhr
 - Ich bringe meine eigenen Schneeschuhe mit.
 - Ich möchte gerne Schneeschuhe mieten (Fr. 30.--).
- **Skitour im Saanenland** ganzer Tag

Anmeldungen bis 16. Februar 2020 an:

Homepage: soroptimist-gstaad-saanenland.ch

oder an: pat@7actions.ch

Für Infos: Heidi Gafner, Tel. 079 / 357 11 43

Allgemeine Bemerkungen (Unverträglichkeiten, Vegetarierin, usw.)
