



## Bsp. 2: Fränkischer 3-Kampf

### Beschreibung

Die Teilnehmer des Events erwartet eine **sportlich-aktive Herausforderung**, die im Schwierigkeitsgrad der körperlichen Fitness der Gruppe angepasst wird. Bei der Planung des Events kann zwischen **5 verschiedenen Disziplinen** gewählt werden, die harmonisch in den Ablauf integriert werden:

- ⇒ **Trecking mit Orientierungsaufgaben** — Karte, Kompass, Skizze
- ⇒ **Mountainbiking** (nur für kleinere Gruppen bis zu 12 Tln.)
- ⇒ **Kanutour**
- ⇒ **Walking oder Jogging**
- ⇒ **Bogenschießen**

Einfache **Checklisten in der Vorbereitung** sorgen für einen sicheren Ablauf. Bei Bedarf können durch uns **Jacken und Rucksäcke** zur Verfügung gestellt werden.

Für das **leibliche Wohl** ist natürlich mit gesunden Snacks bestens gesorgt.

### Trainer

Die Teams werden jeweils **ständig von einem erfahrenen Trainer begleitet**. Die Einweisung in die einzelnen Disziplinen erfolgt jeweils durch unsere Spezialisten (z.B. Nordic Walking Guide, ehem. Offizier/BW, Kanu-Guide)

### Dauer

Der Fränkische 3-Kampf dauert insgesamt **4-8 Stunden** je nach Zeitbudget und Fitness. Die einzelnen Disziplinen benötigen jeweils mind. 1 Stunde.

### Gruppen- größe

Das Event ist geeignet **für Gruppen von 5-60 Personen**.

Größere Gruppen werden in **Teams von maximal 15 Teilnehmer** starten.

Mehrere Teams ermitteln in einer kombinierten **Punkte- und Zeitwertung** die besten Fränkischen 3-Kämpfer — mit Siegerehrung.

