

# Freizeitkurs: Wohlbefinden und Natur erfahren

«Ich bin nächstes Jahr auf alle Fälle wieder dabei.»

Eine Teilnehmerin

## Sumiswald

**23. Juli bis 3. August 2017**

- Ort:** DLZ Sumiswald AG  
Spitalstrasse 15, 3454 Sumiswald BE  
Tel. 034 432 55 55  
www.dlz-sumiswald.ch
- Zimmer:** Einzel- und Doppelzimmer mit fliessend Wasser, teilweise mit Dusche/WC, resp. Etagen-Dusche/-WC
- Teilnehmer:** 20 Personen mit einer Körperbehinderung
- Leitung:** Sebastian Strzelczyk  
Aubrigstrasse 1, 8804 Au  
Tel. 076 301 86 99, s.strzelczyk@gmx.ch
- Co-Leitung:** Heidi Sutter  
Waisenhausstrasse 17, 9630 Wattwil  
Tel. 071 988 80 20, heidi.sutter@bluewin.ch
- Preis:** Für ASPr-SVG-Mitglieder  
CHF 810.–  
  
Für Nichtmitglieder  
CHF 970.–
- Anmeldefrist:** **19. März 2017**

## Kursinhalt

- Wohlfühlen und entspannen
- Ausflüge in die Umgebung
- Wellness für Leib und Seele
- Massagen, Beauty, Spass und Bewegung
- Drinnen und draussen, Sonne tanken
- Gut essen, grillieren, Gemeinschaft, lachen und fröhlich sein

