



## SANTÉ ET FITNESS

Näfels GL, 2 au 8 août 2025

# Séjour de physiothérapie et natation pour personnes atteintes de Polio et de Post-Polio (bilingue)

La physiothérapie est essentielle pour vous en tant que personne atteinte de polio et vous accompagne tout au long de votre vie. Pendant votre séjour, un-e physiothérapeute expérimenté-e vous fait pratiquer des exercices en groupe et individuellement en fonction de vos besoins. S'y ajoutent la détente dans l'eau, la thérapie par la natation, la natation et l'aquagym par Verena Brenn, thérapeute aquatique. À la Lintharena, tous vos souhaits seront satisfaits sous un même toit: hôtel & restaurant, bains, wellness & massage ainsi que d'autres possibilités de loisirs.

## CONTENU DU COURS

- ❖ Natation
- ❖ Séances de relaxation dans l'eau
- ❖ Piscine extérieure de 135 cm de profondeur, 34,5° C, avec banquettes à bulles
- ❖ Grand bassin pour nageurs, 28° C
- ❖ Bassin à fond mobile 30-180 cm, 31° C
- ❖ Excursions dans la région
- ❖ Jeux et chant le soir
- ❖ Échange et convivialité



### NOS PRESTATIONS

- ❖ Hébergement en demi-pension et repas de midi
- ❖ Direction et équipe d'encadrement
- ❖ Programme d'animation



### HÉBERGEMENT

Lintharena, [www.lintharena.ch](http://www.lintharena.ch)



### CHAMBRES

Simple et doubles avec douche/WC



### DIRECTION

Verena Brenn 079 342 71 37  
[verena.brenn@bluewin.ch](mailto:verena.brenn@bluewin.ch)  
Susann Siegfried 077 439 22 93  
[susann.siegfried@gmx.ch](mailto:susann.siegfried@gmx.ch)



### PRIX

Membres CHF 1130.-  
Non-membres CHF 1280.-  
**Suppléments**  
Chambre simple CHF 120.-



### DÉLAI D'INSCRIPTION

16 juin 2025, puis sur demande



### ASPr-SVG | Polio.ch

Association Suisse des Paralysés  
Team Goodtime  
Route du Grand-Pré 3, 1700 Fribourg  
[goodtime@aspr.ch](mailto:goodtime@aspr.ch), 026 322 94 34