



## GESUNDHEIT UND FITNESS

Näfels GL, 2. bis 8. August 2025

# Physio-Schwimm-Woche für Polio- und Post-Polio-Betroffene (zweisprachig)

Physiotherapie ist für Sie als Polio-Betroffene zentral und begleitet Sie das ganze Leben. Während des Aufenthaltes führt ein/e erfahrene/r Physiotherapeut/in in der Gruppe und individuell mit Ihnen Übungen und Therapien entsprechend der Bedürfnisse durch. Hinzu kommen Entspannung im Wasser, Schwimmtherapie, Schwimmen und Aquagymnastik unter Anleitung der Aquatherapeutin Verena Brenn.

In der Lintharena lassen sich alle Ihre Wünsche unter einem Dach erfüllen: Hotel & Restaurant, Bäder, Wellness & Massage und verschiedene Freizeitmöglichkeiten.

## WAS SIE ERWARTET

- ❖ Schwimmen
- ❖ Entspannungstherapie im Wasser
- ❖ Aussenbecken 135 cm tief, 34,5°C, mit Sprudelliegen
- ❖ Schwimmbecken für Schwimmer, 28°C
- ❖ Schwimmbecken mit Hubboden 30-180 cm tief, 31°C
- ❖ Ausflüge in der Region
- ❖ Spiele und Singen am Abend
- ❖ Austausch und Geselligkeit



## UNSERE LEISTUNGEN

- ❖ Unterkunft mit Halbpension und Mittagslunch
- ❖ Leitung und Betreuung
- ❖ Rahmenprogramm



## UNTERKUNFT

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



## ZIMMER

Einzel- und Doppelzimmer mit Dusche/WC



## LEITUNG

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)



## PREISE

Mitglieder CHF 1130.-  
Nichtmitglieder CHF 1280.-  
**Zuschläge**  
Einzelzimmer CHF 120.-



## ANMELDESCHLUSS

16. Juni 2025, danach auf Anfrage



## ASPr-SVG | Polio.ch

Schweizerische Vereinigung der Gelähmten  
Team Goodtime  
Route du Grand-Pré 3, 1700 Fribourg  
[goodtime@aspr.ch](mailto:goodtime@aspr.ch), 026 322 94 34