



Schweizer
Paraplegiker
Vereinigung

Association
suisse des
paraplégiques

Associazione
svizzera dei
paraplegici

Programme d'hiver 2021/2022

Ski alpin, ski de fond, bob, curling



Tu aimes l'hiver? Tu as la pêche dès que les températures baissent?
Tu n'es jamais monté dans un skibob ou cela fait très longtemps?
Alors nous avons ce qu'il te faut.

Nous proposons des cours d'uni- et dualski ainsi que des journées
de ski nordique pour tous les niveaux et tous les âges.

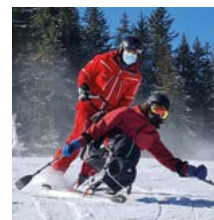
Si ce n'est pas ton truc, tu peux aussi essayer le curling.

Et pour une belle montée d'adrénaline, descends le célèbre canal
de glace de Saint-Moritz en bobsleigh.

Nous avons hâte de te voir!



| | |
|-------------------------------------|------------|
| Ski alpin – Suisse centrale | page 3–4 |
| Ski alpin – Suisse orientale | page 5 |
| Ski alpin – Suisse romande | page 6 |
| Ski alpin – Tessin | page 7 |
| Conditions de participation | page 7 |
| Ski nordique | page 8 |
| Bob | page 9 |
| Curling | page 10 |
| Informations générales/inscriptions | page 11–12 |



Ski alpin

Suisse centrale

Ouverture de la saison à Sörenberg

(possibilité de participer à une seule journée)
Sam/Dim 18/19 décembre 2021

Cours pour enfants à Sörenberg (jusqu'à 20 ans)

(possibilité de participer à une seule journée)
Lun 27 au Jeu 30 décembre 2021

Cours d'une journée à Sörenberg

(possibilité de participer à une seule ou plusieurs journées)



Janvier

Dim 9 janvier 2022

Ven 14 au Dim 16 janvier 2022

Ven 21 au Dim 23 janvier 2022

Ven 28 au Dim 30 janvier 2022

Février

Ven 4 au Dim 6 février 2022

Ven 11 au Dim 13 février 2022

Jeu 17 février 2022

Lun 21 au Lun 28 février 2022

Mars

Mar 1 au Dim 6 mars 2022

Ven 11 au Dim 13 mars 2022

Ven 25 au Dim 27 mars 2022

Frais par journée de cours:

Enfants et jeunes (jusqu'à 20 ans) CHF 150.-,
adultes CHF 225.-,

incluant la leçon individuelle, le forfait ski avec dépôt, matériel et
repas de midi/sans hébergement

Cours de 3 jours à Sörenberg

Lun 10 au Mer 12 janvier 2022

Lun 24 au Mer 26 janvier 2022

Lun 14 au Mer 16 février 2022

Lun 7 au Mer 9 mars 2022

Lun 21 au Mer 23 mars 2022



Frais

CHF 949.- incluant la leçon individuelle, le forfait ski avec dépôt, matériel, 3 nuits en chambre double à usage individuel en demi-pension et repas de midi
Hôtel Rischli (www.hotel-rischli.ch).
Arrivée la veille au soir.

Opération photos de Coloplast à Sörenberg

En tant que partenaire du site de dualski de Sörenberg, Coloplast soutient Sport suisse en fauteuil roulant. Lors de jours de cours, Coloplast mandatera un photographe qui vous prendra en pleine action sur les pistes et mettra gratuitement les photos à votre disposition sous forme numérique. Vous pourrez simplement les imprimer à la maison ou les utiliser sur vos réseaux sociaux. Amusez-vous bien!



Suisse orientale

Cours de 3 jours à Saint-Moritz (niveau avancé uniquement)

Mar 14 au Jeu 16 décembre 2021

Frais

CHF 1080.- incluant la leçon individuelle, le forfait ski, matériel, 3 nuits en chambre double à usage individuel en demi-pension. Hôtel Salatrains Saint-Moritz (www.salastrains.ch)
Arrivée la veille au soir.

Cours de 2 jours à Wildhaus

Sam/Dim 19/20 février 2022

Frais

Enfants et jeunes (jusqu'à 20 ans) CHF 320.-
Adultes CHF 500.-, incluant la leçon individuelle, le forfait ski et matériel/repas de midi et hébergement non compris.

Pour ces deux cours (Saint-Moritz et Wildhaus), les participants doivent faire ajuster l'équipement au préalable à Sörenberg, à moins qu'il s'agisse de leur propre matériel.

Arosa

La semaine de cours à Arosa (du 27 mars au 1er avril 2022) est organisée par le département Culture et loisirs de l'Association suisse des paraplégiques. De plus amples informations ainsi que le formulaire d'inscription seront publiés dans le catalogue des vacances au début de novembre.



Si vous avez des questions, kf@spv.ch vous aidera.

Suisse romande

Cours d'une journée à Villars-sur-Ollon

(possibilité de participer à une seule journée)
Ven/Sam 7/8 janvier 2022

Cours pour enfants à Villars-sur-Ollon (jusqu'à 20 ans)

Sam 22 janvier 2022

Cours d'une journée à Morgins

(niveau avancé uniquement,
possibilité de participer à une seule journée)
Sam/Dim 29/30 janvier 2022

Cours d'une journée à Villars-sur-Ollon

(possibilité de participer à un seul ou aux deux jours)
Sam/Dim 19/20 mars 2022

Pour les cours se déroulant à Morgins, les participants doivent faire ajuster au préalable leur engin à Villars-sur-Ollon, à moins qu'il s'agisse de leur propre matériel.

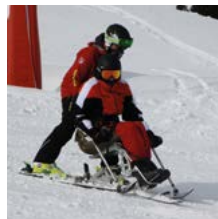
Frais par journée de cours

Enfants et jeunes (jusqu'à 20 ans) CHF 145.-,
adultes CHF 220.-,
incluant le cours individuel, le forfait ski et matériel/repas de midi et hébergement non compris

Zinal

La semaine de cours à Zinal (du 4 au 8 avril 2022) est organisée par le département Culture et loisirs de l'Association suisse des paraplégiques. De plus amples informations ainsi que le formulaire d'inscription seront publiés dans le catalogue des vacances au début de novembre.

Si vous avez des questions, kf@spv.ch vous aidera.



Tessin

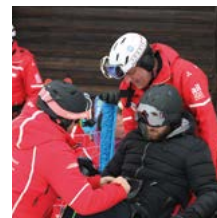
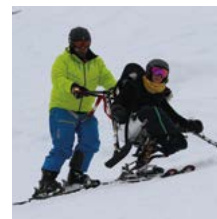
Cours de 2 jours à Airolo

Sam/Dim 19/20 mars 2022

Les participants doivent faire ajuster au préalable leur engin à Sörenberg, à moins qu'il s'agisse de leur propre matériel.

Frais pour le cours de 2 jours à Airolo

Enfants et jeunes (jusqu'à 20 ans) CHF 320.-,
Adultes CHF 500.-,
incluant le cours individuel, le forfait ski et matériel/
repas de midi et hébergement non compris



Conditions de participation

Les cours suivants ne conviennent qu'aux participants de niveau avancé (skieurs autonomes):

- cours de 3 jours à Saint-Moritz
- cours d'une journée à Morgins

Tous les autres cours de ski peuvent être suivis par des skieurs de tous les niveaux et de tous les âges.



Ski nordique

Cours de ski de fond aux Diablerets

Sam 29 au Dim 30 janvier 2022

Frais

CHF 240.- incluant les cours collectifs, le forfait ski de fond, le matériel, une nuit en chambre double à usage unique avec demi-pension

Hôtel Les Sources (www.hotel-les-sources.ch)

Arrivée le jour du cours.



NOUVEAU: ski de fond et biathlon à la Lenk

Sam 5 au Dim 6 mars 2022

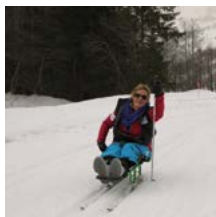
Frais

CHF 340.- incluant les cours collectifs, l'accès à la piste de biathlon, le forfait, l'équipement, ainsi que deux nuits en chambre double à usage individuel en demi-pension.

(douches et WC à l'étage)

Centre sportif de la Lenk (www.kuspo.ch)

Arrivée la veille au soir.



Cours de ski de fond à Fiesch

Sam 12 au Dim 13 mars 2022

Frais

CHF 290.- incluant les cours collectifs, le forfait ski de fond, le matériel, deux nuits en chambre double à usage unique en demi-pension.

Auberge de jeunesse de Fiesch (www.sport-ferienresort.ch).

Arrivée la veille au soir.

D'autres dates sont possibles sur demande!

Bob

Journée d'initiation à Saint-Moritz

Ven 7 janvier 2022

Frais

CHF 79.- par descente à partir du niveau junior, incluant matériel et encadrement/repas et hébergement non compris

Après avoir suivi avec succès une journée d'initiation, il est possible de s'inscrire à l'école de monobob pour un cours de 3 ou 5 jours qui permettra d'obtenir le brevet de pilote. Ce brevet permet de descendre seul (descentes d'entraînement) la piste Olympia Bob Run St-Moritz-Celerina.

Les inscriptions et l'organisation à l'école de monobob sont prises directement en charge par Olympia Bobrun à Saint Moritz. Dates sur demande: events@olympia-bobrun.ch

Pour descendre de manière autonome, deux aides sont nécessaires. Les pilotes devraient donc organiser eux-mêmes ces deux assistants. Il est donc judicieux que les participants suivent les cours d'initiation avec leurs deux accompagnants.



Curling**Dates des cours d'octobre 2021 à mars 2022****Piste de curling à l'Allmend de Berne**

Lundi, 13 h 00 – 15 h 00
 Mercredi, 16 h 00 – 17 h 30
 Infos: Manfred Bolliger
 031 911 41 85
 m.bolliger04@gmx.ch

Halle de curling Arlesheim Bâle

Mercredi, 13 h 30 – 15 h 30
 Rony Liechtenhan
 076 588 66 30
 ronyliechtenhan@datacom.ch

Halle de curling J-P Bidaud Lausanne

Mercredi, 13 h 30 – 15 h 30
 Didier Recordon
 078 896 82 04
 sport@cfrlausanne.ch

Halle de curling Limmattal Urdorf

Mardi, 14 h 00 – 16 h 00
 Jeudi sur demande
 téléphonique
 Hansruedi Fitze
 044 860 53 17
 hr.fitze@bluewin.ch

Pista della Resega Lugano

Fabrizio Albonico
 076 540 87 87
 f.albonico@gmail.com

Halle de curling Montana

Mardi/Jeudi 16 h 00 – 18 h 00
 Patrick Delacretaz
 076 822 10 80
 patrick.delacretaz@gmail.com

Patinoire de Sion

Mardi/Jeudi, 17 h 45 – 21 h 30
 Dimanche (cours d'initiation)
 9 h 30 – 11 h 30
 Régis Dessimoz
 tél. 079 407 39 67
 redess@netplus.ch

Curling Center Saint-Gall

Mardi/Jeudi, 13 h 45 – 16 h 30
 Ewald Bannwart
 079 386 61 84
 curling@rc-sg.ch

Curling Center Wetzikon

Mardi/Jeudi, 15 h 00 – 18 h 00
 Harry Burger
 079 631 63 89
 harry.burger.ch@bluewin.ch

**Informations générales/Inscriptions****Covid-19**

En raison du Covid-19, il se peut que l'organisation et le programme des cours soient modifiés en dernière minute.

Les dispositions les plus récentes sont publiées sur le lien suivant:

**Arrivée/Départ**

À organiser soi-même

Hébergement

Réservations à faire soi-même, à l'exception des cours de trois jours à Saint-Moritz ou à Sörenberg et des cours de ski nordique.
 Vous trouverez les hôtels recommandés sur www.paramap.ch.

Délai d'inscription

Clôture des inscriptions 2 semaines avant le début du cours.
 Le nombre de places étant limité, les inscriptions sont prises en compte dans leur ordre d'arrivée.

Pour accéder au formulaire en ligne:



TABLE DES MATIÈRES

Location d'uni- et de dualskis

Le matériel de ski peut être loué auprès de l'ASP si les conditions nécessaires sont remplies:



Location de luges de fond

La société Orthotec à Nottwil loue du matériel de ski de fond ainsi que d'autres équipements sportifs:



Notre partenaire Handiconcept loue du matériel de ski de fond



supported by



Association suisse des
paraplégiques
Sport suisse
en fauteuil roulant
Sport pour tous
Kantonsstrasse 40
6207 Nottwil
Tél. 041 939 54 11
rss@spv.ch
www.spv.ch

© SPV Nottwil_RSS 10.2021

spv.ch