PluSport

Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera

Sportcamps 2025



Halbtages- und Tageskurse	10–11



Übersicht Winter-Camps	5
Winter-Camps	14–32



Übersicht Sommer-Camps	6–7
Sommer-Camps	33–67



Übersicht Fördertrainings	7
Fördertrainings	68–71

Zeichenerklärungen / Partner / Legende	4
Gut zu wissen	8
Sportclubs	9
Individual-Mitgliedschaft bei PluSport	72
Anmeldeformular	73–76
Allgemeine Bedingungen	77

Bleiben Sie informiert
PluSport kommuniziert aktiv auf diversen Kanälen:
Plusport.ch, Newsletter, PluSport App.
Folgen und teilen Sie unsere Beiträge
auf Social Media.



Sportcamps-Team von links: Uschi Jakopic, Administration und Organisation, Rahel Seiler, Leiterin Sportcamps, Simone Wildhaber, Administration und Organisation, Susanne Dedial, Bereichsleiterin Breitensport

Beratung und Auskunft
sportcamps@plusport.ch
T 044 908 45 30

VoiceNet 031 390 88 88
(3413)

Liebe Sportlerinnen, liebe Sportler
Liebe Sportbegeisterte

Mit PluSport erleben Sie sportliche Aktivitäten in den schönsten Regionen der Schweiz. Auch im Jahr 2025 können wir Ihnen ein attraktives und abwechslungsreiches Sportcamps-Angebot anbieten.

Hier ein kurzer Überblick über unsere **neuen Camps:**
+ Vielseitige Sportwoche im Emmental für Erwachsene
+ Zusätzliche Reit- und Erlebniswoche auf dem Fribyhof für Anfänger:innen und Teilnehmende mit Grundkenntnissen
+ Tagescamp Karate und Polysport für Kinder und Jugendliche in Engelburg
+ Segelcamp für Kinder und Jugendliche am Neuenburgersee
+ Trekkingcamp für Erwachsene mit Übernachtung im Zelt
+ Wandercamp in Scuol für Sinnesbehinderte
+ Polysport-Tagescamp für Kinder und Jugendliche in Braunau

Neu im Katalog finden Sie unsere Halbtages- und Tageskurse für Ski alpin und Snowboard an diversen Orten (Seiten 12/13).

Egal ob Anfänger:in oder Fortgeschrittene:r, unser Angebot richtet sich an alle, die ihre Leidenschaft für Sport leben und neue Fähigkeiten erlernen möchten. Abwechslungsreiche Camperlebnisse sind garantiert. Wir freuen uns darauf, Sie auf Ihrer sportlichen Reise zu begleiten und Ihnen unvergessliche Momente zu bescheren.

Es besteht nach wie vor die Möglichkeit, bei einem finanziellen Engpass einen Antrag auf Preisreduktion zu stellen.

Nachhaltigkeit ist uns wichtig – darum verschicken wir die Campunterlagen neu per E-Mail.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Durchblättern des neuen Sportcamps-Katalogs.

Sportliche Grüsse
Das Sportcamps-Team

Zeichenerklärungen


Aquafit
aquafit
acquagym


Ballsport
sports de balle
giocae a palla


Bogenschiessen
Tir à l'arc
Tiro con l'arco


Fussball
football
calcio


Hundetrekking
randonnée avec chiens
passeggio con cani


Kampfsport/Judo
sport de combat/judo
sport da combattimento


Kanu
canoë
canoa


Klettern
escalade
scalare


Langlaufbob
ski nordique assis
sci di fondo seduti


Nordic Walking
nordic walking
nordic walking


Rad
vélo
bicicletta


Rafting/Kajak
rafting/kayak
rafting/kayak


Reiten
équitation
cavalcare


Rollstuhlsport
sport en fauteuil roulant
sport in sedia a rotelle


Schlitteln
luge
slitta


Schneeschuhlaufen
raquettes
raccetta da veve


Schwimmen
natation
nuoto


Segeln
voile
veleggiare


Ski alpin
ski alpin debout
sci alpino


Skibob
ski alpin assis
sci bob


Ski nordisch
ski nordique debout
sci di fondo


Skitouren
Excursions à ski
Escursioni con gli sc


Snowboard
snowboard
snowboard


Stand-up-Paddle
stand up paddle
stand up paddle


Tandem
tandem
tandem


Tanzen
dancer
ballare


Tennis
tennis
tennis


Tier-Trekking
randonnée avec animaux
passeggio con animali


Turnen/Polysport
gymnastique/polysport
ginnastica


Unihockey
unihockey
unihockey


Wandern
randonnée
passeggiare


Zirkus
cirque
circo


Winter
Hiver
Inverno


Sommer
Été
Estate

Partnerorganisationen

PluSport setzt auf vertrauensvolle und loyale Partner. Unser Ziel ist es, die partnerschaftlichen Verbindungen in sämtlichen Bereichen wirkungsvoll zu pflegen und zu ergänzen.

activemotion.ch – Active Motion Schneesportschule
alpinisme-handicap.ch – Verein alpinisme & handicap
blindspot.ch – Blindspot
differences-solidaires.ch – Association Différences Solidaires
ecoledecirque.ch – Ecole de cirque de Lausanne
folsaeure.ch – Stiftung Folsäure Offensive Schweiz
handivoile.ch – Swiss disabled sailing
hejaheja.ch – Stiftung Behindertensport Lenzerheide
hightide.ch – Kayak School Hightide
jugendundsport.ch – Jugend + Sport
karate.ch – Swiss Karate Federation
lenk-simmental.ch – Lenk-Simmental Tourismus AG / Lenk-Bergbahnen AG
rafroball.ch – Association Rafroball
sailability.ch – Sailability Schweiz
spieltreff-zo.ch – Spieltreff Züri Oberland
sternschnuppe.ch – Stiftung Kinderhilfe Sternschnuppe
veloglauser.ch – Velo Glauser Flaach
youthhostel.ch – Schweizer Jugendherbergen

Legende

GB = geistigbehindert
LB = lernbehindert
KB = körperbehindert
SB = sinnesbehindert
PB = psychischbehindert
NB = nicht behindert
GB&KB = geistig- und körperbehindert

K = Kinder bis 11 Jahre
J = Jugendliche 12 bis 17 Jahre
E = Erwachsene ab 18 Jahren
40+ = Erwachsene ab 40 Jahren
50+ = Erwachsene ab 50 Jahren

Künftige Sportcamps-Teilnehmende mit Autismus, Epilepsie, cerebralen Bewegungsstörungen usw. sollen, der Ausprägung und Eignung entsprechend, in eine der bestehenden Zielgruppen, GB/LB/KB/SB/PB, integriert werden. Bei Unsicherheit bezüglich der Zuteilung und Campwahl sind wir gerne behilflich, vieles ist möglich.

Übersicht Halbtages- und Tageskurse

Datum	Kursort		Nr.	Sportart		Behinderung	Seite
Jan. 25–März 25	Grindelwald	K/J/E	144	Ski alpin	♿	KB	10
Januar 25	Sörenberg	K/J	115	Ski alpin		GB	10
Jan. 25–Feb. 25	Engelberg	K/J	147	Ski Alpin		GB KB	10
Jan. 25–Feb. 25	Pizol	K/J	114	Ski Alpin		GB KB	11
Jan. 25–Feb. 25	Zentral-/ Ostschweiz	K/J/E	107	Snowboard		KB SB	11
Jan. 25–Nov. 25	Baden-Dättwil AG	J/E	128	Tennis – 8 Vormittage		KB LB PB NB	11

Übersicht Winter-Camps 2025

Datum	Camport		Nr.	Sportart		Behinderung	Seite
Dezember 2024							
26.12.24–01.01.25	Arosa GR	J/E	110	Ski alpin, Snowboard		GB LB KB PB	14
27.12.24–02.01.25	Lenk BE	E	108	Ski alpin, Snowboard	♿	GB LB KB PB NB	14
28.12.24–04.01.25	Saas Grund VS	J/E	135	Ski alpin, Snowboard		GB LB KB SB PB NB	16
Januar 2025							
02.01.–08.01.25 **neu**	Lenk BE	J	155	Ski alpin, Snowboard		GB LB KB SB PB	16
04.01.–11.01.25	Fiesch VS	E	122	Ski alpin, Monoskibob, Snowboard	♿	KB	17
05.01.–11.01.25	Ulrichen VS	E	150	Langlauf, Winterwandern, Schneeschuhlaufen		SB	17
11.01.–17.01.25	Sörenberg LU	E	112	Ski alpin, Skibob, Snowboard, Schneeschuhlaufen	♿	GB LB KB SB PB NB	18
12.01.–18.01.25	Gstaad BE	E	123	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	GB LB KB SB PB NB	18
19.01.–25.01.25	Scuol GR	J/E	117	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	GB LB GB&KB	19
26.01.–31.01.25	Pontresina GR	E	130	Langlauf, Winterwandern, Schneeschuhlaufen		SB	20
26.01.–01.02.25	Lenzerheide GR	E	118	Schneeschuhlaufen, Winterwandern		GB LB KB SB PB NB	20
26.01.–01.02.25	Axalp BE	K/J	125	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	LB KB SB NB	21
26.01.–01.02.25	Lenk BE	E	138	Ski alpin, Monoskibob, Snowboard	♿	KB SB	21
27.01.–02.02.25	Bever GR	E	132	Langlauf, Winterwandern		KB SB	22
31.01.–02.02.25	Pizol GR	E	142	Ski alpin		LB PB NB	22
Februar							
02.02.–08.02.25	Wildhaus SG	K/J	103	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	GB KB SB NB	23
08.02.–15.02.25	Saas-Almagell VS	J/E	116	Ski alpin		GB LB PB	23
09.02.–14.02.25 **neu**	Interlaken BE	K/J	111	Ski alpin, Snowboard, Skibob	♿	GB LB KB SB PB	24
09.02.–15.02.25	Langnau i.E. BE	40+	102	Schneeschuhlaufen, Schlitteln		GB LB	24
09.02.–15.02.25	St.Moritz GR	J/E	104	Langlauf, Langlaufschlitten	♿	GB LB KB SB PB	25
16.02.–22.02.25	Gstaad BE	E	106	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	GB LB KB SB PB NB	26
16.02.–22.02.25	Lenk BE	K/J	126	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	LB KB SB NB	26
23.02.–01.03.25	Davos GR	E	131	Langlauf		GB LB PB	27
März							
01.03.–07.03.25	Willisau LU	J/E	149	Polysport, Schwimmen, Wandern		GB LB KB SB PB NB	27
01.03.–08.03.25	Obergesteln VS	E	129	Langlauf, Schneeschuhlaufen, Winterwandern		SB	28
02.03.–08.03.25	Airolo TI	K/J	105	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	GB LB KB SB NB	29
02.03.–08.03.25	Gstaad BE	E	141	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	GB LB KB SB PB NB	29
03.03.–07.03.25	Willisau LU	J/E	149	Polysport, Schwimmen, Wandern (Tagescamp)		GB LB KB SB PB NB	27
09.03.–15.03.25	Grächen VS	E	136	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	KB SB	30
16.03.–22.03.25	Näfels GL	E	119	Polysport, Ballsport, Schwimmen, uvm.		GB LB SB NB	30
16.03.–22.03.25	Davos GR	E	127	Ski alpin, Skibob geführt, Snowboard	♿	GB LB KB	31
16.03.–22.03.25	Scuol GR	J/E	143	Ski alpin, Skibob, Snowboard	♿	GB LB GB&KB	31
23.03.–29.03.25	Fiesch VS	E	146	Ski alpin, Monoskibob, Snowboard	♿	KB SB	32
April							
17.04.–21.04.25	Bivio GR	E	137	Ski- und Snowboardtouren		KB SB NB	32

Übersicht Sommer-Camps 2025

Datum		Camport		Nr.	Sportart		Behinderung	Seite
April								
06.04.–12.04.25		Wald AR	K/J	001	Reiten, Polysport	♿	GB LB KB SB NB	34
06.04.–12.04.25	**neu**	Langnau i.E. BE	E	067	Reiten, Klettern, Schwimmen, Tanzen, Wandern		GB LB	34
07.04.–11.04.25	**neu**	Engelburg SG	K/J	047	Karate, Selbstverteidigung, Polysport (Tagescamp)		GB LB KB SB PB NB	35
21.04.–26.04.25		Arcegno TI	J	061	Klettern		GB LB KB SB PB	35
26.04.–02.05.25		Lenk BE	K/J	002	Judo, Ju-Jitsu, Kung-Fu, Boxen, Polysport	♿	GB LB KB SB PB NB	36
27.04.–04.05.25		Leukerbad VS	E	045	Aquafit, Polysport, Spaziergänge		LB KB	36
28.04.–02.05.25		Willisau LU	K/J	080	Polysport (Tagescamp)		GB LB KB PB NB	37
Mai								
18.05.–24.05.25		Arcegno TI	E	097	Klettern		KB SB NB	37
23.05.–27.05.25	**neu**	Freiburg/Saanenland	E	031	Wandertrekking		GB LB KB SB PB NB	38
25.05.–31.05.25		Langnau i. E. BE	E	022	Reiten		GB LB	38
25.05.–31.05.25		Lütisburg SG	E	079	Reiten		GB LB SB PB NB	39
29.05.–01.06.25		Laax GR	E	049	Tanzen		GB LB KB PB	39
29.05.–01.06.25		Salenstein TG	E	051	Tandem fahren		SB	40
Juni								
01.06.–07.06.25		Zuchwil SO	E	029	Polysport, Wandern, Schwimmen, Tandem fahren		GB LB SB PB	40
08.06.–14.06.25		Langnau i.E. BE	E	016	Wandern, Klettern, Wassersport, Reiten, Tanz, uvm.		GB LB KB SB	41
14.06.–21.06.25		Kreuzlingen TG	E	010	Fussball		GB LB KB PB NB	41
15.06.–21.06.25		Urnäsch AR	E	056	Nordic Walking		GB LB KB SB PB	42
15.06.–21.06.25		San Jon GR	E	092	Reiten		LB KB SB PB	42
21.06.–28.06.25		Toggenburg SG	E	088	Bergtrekking		GB LB PB NB	43
28.06.–04.07.25		Bodensee TG	J/E	005	Segeln	♿	LB KB SB	43
28.06.–05.07.25		Saanen BE	J/E	048	Wandern		GB LB KB PB NB	44
29.06.–05.07.25		Obersaxen GR	E	020	Biken		GB LB	44
29.06.–05.07.25		Einsiedeln SZ	K/J	089	Artistik, Akrobatik, Jonglieren, Polysport		GB LB KB SB PB NB	45
29.06.–07.07.25		Zuchwil SO	E	023	Tanzen, Polysport		GB LB PB NB	45
Juli								
05.07.–12.07.25		Brig – Locarno VS/TI	E	024	Velo fahren		GB LB PB NB	46
06.07.–12.07.25		Zug ZG	E	026	Segeln		GB LB KB SB	46
06.07.–12.07.25		Einsiedeln SZ	E	041	Artistik, Akrobatik, Jonglieren		GB LB	47
06.07.–12.07.25		Saignelégier JU	E	053	Tandem fahren		SB	47
06.07.–12.07.25		Alt St.Johann SG	K/J	098	Husky-Trekking für Kinder		GB LB KB PB NB	48
13.07.–19.07.25		Langnau i. E. BE	K/J	009	Reiten, Klettern, Polysport, Schwimmen	♿	GB LB KB SB	48
13.07.–19.07.25		Zug ZG	E	012	Segeln	♿	GB LB KB SB	49
14.07.–19.07.25		Melchsee-Frutt	J	062	Klettern		GB LB KB SB PB	49
19.07.–26.07.25		Lenzerheide GR	K/J	081	Polysport	♿	GB LB KB SB	50
20.07.–25.07.25		Vaumarcus NE	J/E	064	Segeln	♿	GB LB KB SB PB NB	50
20.07.–26.07.25		Rorschach SG	E	030	Tennis, Polysport, Schwimmen		GB LB PB	51
25.07.–01.08.25		Bern BE	K/J	060	Cooltour, diverse Freizeitaktivitäten	♿	GB LB KB SB PB NB	51
26.07.–01.08.25		Habkern BE	E	032	Wassersport, Paddeln, Wandern		GB LB KB PB	52
26.07.–02.08.25		Näfels TG	K/J/E	057	Fussball, Unihockey		GB LB KB PB NB	52
27.07.–02.08.25		Bischofszell TG	J/E	011	Velo fahren		GB LB KB PB	53
27.07.–02.08.25		Wald AR	K/J	050	Reiten, Polysport	♿	GB LB KB SB NB	53

Übersicht Sommer-Camps 2025

Datum		Camport		Nr.	Sportart		Behinderung	Seite
August								
03.08.–09.08.25		Ins BE	50+	091	Polysport, Wandern, Tanzen, Schwimmen, uvm.		GB LB KB SB PB	54
03.08.–09.08.25		Langnau i. E. BE	E	021	Westernreiten		GB LB	54
10.08.–16.08.25		Interlaken BE	E	072	Kajak	♿	KB SB	55
14.08.–17.08.25		Lenzerheide GR	E	058	Wandern, Nordic-Walking		LB PB NB	55
16.08.–23.08.25		Zermatt VS	E	038	Bergtrekking		GB LB PB NB	56
17.08.–23.08.25		Ins BE	E	054	Tandem fahren		SB	56
23.08.–30.08.25		Leukerbad VS	50+	036	Polysport, Schwimmen, Wandern		GB LB PB	57
24.08.–30.08.25		Brigels GR	J/E	015	Wandern		GB LB SB PB NB	57
24.08.–30.08.25	**neu**	Lütisburg SG	E	033	Reiten		GB LB SB PB NB	58
24.08.–30.08.25		Buochs NW	E	090	Kajak, Kanu, Stand Up Paddling	♿	GB LB KB SB PB NB	59
31.08.–06.09.25		La Punt-Chamues-ch GR	E	039	Wandern, Velo fahren		GB LB PB	59
September								
07.09.–13.09.25		Bönigen BE	J/E	070	Kajak, Stand Up Paddling, Kanu, Raftings		GB LB	60
07.09.–13.09.25		Alt St.Johann SG	E	094	Husky-Trekking		GB LB KB SB PB	60
13.09.–20.09.25		Davos GR	J/E	042	Wandern		GB LB PB	61
14.09.–20.09.25		San Jon GR	E	059	Reiten		GB LB	61
14.09.–20.09.25	**neu**	Scuol GR	E	082	Wandern		SB	62
28.09.–04.10.25		Le Noirmont JU	E	017	Reiten		LB KB SB	63
28.09.–04.10.25		Arcegno TI	E	068	Klettern		GB LB	63
29.09.–04.10.25		Näfels GL	E	074	Karate, Qi Gong, Selbstverteidigung		GB LB KB SB NB	64
Oktober								
05.10.–11.10.25		Wald AR	K/J	018	Reiten, Polysport	♿	GB LB KB SB NB	64
06.10.–11.10.25		Arcegno TI	J	063	Klettern		GB LB KB SB PB	65
12.10.–18.10.25		Fiesch VS	J/E	035	Sportmix, Tanzen, Klettern	♿	GB LB KB SB NB	66
13.10.–17.10.25	**neu**	Braunau TG	K/J	066	Polysport		GB LB KB	66
19.10.–25.10.25		Arcegno TI	E	087	Klettern		GB LB KB SB PB	67
November								
16.11.–22.11.25		Langnau i. E. BE	E	044	Reiten		GB LB	67

Übersicht Fördertrainings 2025

Datum	Trainingsort	Nr.	Sportart		Behinderung	Seite
Dez. 24–März 25	Diverse Orte	K/J/E	Ski Alpin-Trainings	♿	KB SB	69
Jan. 25–Dez. 25	Diverse Orte	J/E	Radsport-Trainings		KB SB	69
Jan. 25–Dez. 25	Bern, Uster	K/J/E	Schwimm-Trainings	♿	KB SB	70
Jan. 25–Dez. 25	Diverse Orte	K/J/E	Leichtathletik-Trainings		KB SB	70
Jan. 25–Dez. 25	Magglingen, Baar	E	Blindenfussball		SB	71
Jan. 25–Dez. 25	Diverse Orte	K/J/E	Klettern, Golf, Badminton		KB SB	71

«Herzlich danken wir auch jenen, die uns Fotos für diesen Sportcamps-Katalog zur Verfügung gestellt haben.»

«Wir danken allen Personen, Organisationen und Firmen für die Unterstützung, die sie den Gästen unserer Sportcamps in irgendeiner Form zuteil werden lassen.»

Gut zu wissen

Anmeldung



Um die Sicherheit und adäquate Betreuung der Teilnehmenden in unseren Camps gewährleisten zu können, benötigen wir zwingend ein vollständig und wahrheitsgetreu ausgefülltes Anmeldeformular. Sollten sich nach Ihrer Anmeldung Ihr Gesundheitszustand oder Ihre Verhältnisse ändern, bitten wir um eine umgehende Mitteilung. **Weitere wichtige Informationen zur Anmeldung finden Sie auf der Seite 77.**

Leistungen

Für alle in diesem Programm ausgeschriebenen Sportcamps gilt folgendes:

Inbegriffen sind

+ Sportunterricht/-förderung
+ Organisiertes Sport- und Rahmenprogramm
+ Behindertenspezifische Betreuung
+ Weitere Leistungen sind in den detaillierten Ausschreibungen ersichtlich

Nicht inbegriffen sind

+ An- und Rückreise ins Camp
+ Verpflegung ausserhalb des Camps-Arrangements (z. B. Zwischenmahlzeiten)
+ Persönliche Sportausrüstung (Miete vor Ort nur möglich, sofern in Camp-Ausschreibung aufgeführt)

Campunterlagen

Die detaillierten Campunterlagen werden 4 bis 6 Wochen vor Campbeginn per E-Mail zugestellt.

Annullationskostenversicherung

Sie können bei PluSport eine Annullationskostenversicherung abschliessen. Weitere Informationen finden Sie auf der Seite 77.

Jetzt bei PluSport Mitglied werden!

Möchten Sie vom günstigeren Mitgliederpreis profitieren und sind in keinem PluSport-Club aktiv? Dann schliessen Sie die Individual-Mitgliedschaft PluSport Schweiz (CHF 60.–/Jahr) noch heute ab. Weitere Informationen dazu finden Sie auf Seite 72.

Inklusion – ungezwungen und grenzenlos

Behindertensport hat einen überdurchschnittlichen Inklusionswert – Sport kennt keine Grenzen. Sport verbindet Menschen aller Altersstufen, aller sozialen Schichten, aller Kulturen und Menschen mit und ohne Behinderung.

Mit unseren 110 Camps sind wir in der ganzen Schweiz sichtbar und machen den Behindertensport stets bekannter. Vor den Unterkünften platzieren wir Beachflags und unsere Teilnehmenden und das Leiterteam präsentieren sich in PluSport-T-Shirts. Dadurch ergeben sich regelmässig spontane Begegnungen und Gespräche mit interessierten Personen – ein Beitrag zum besseren Verständnis füreinander, zum Abbau von Hürden zwischen Menschen mit und ohne Behinderung.

Aus- und Weiterbildung des Leiterteams bei PluSport

PluSport ist anerkannter Ausbildner für alle Personen, die im Behindertensportwesen tätig sind oder sein wollen. Wir legen grossen Wert darauf, dass unser Leiterteam entsprechend ausgebildet ist und sich regelmässig weiterbildet.

Nachwuchsförderung

Wie der Regelsport lebt auch der Behindertensport langfristig vom Nachwuchs. Nur mit einer zielgerichteten, effizienten und effektiven Nachwuchsförderung kann Kontinuität im Breiten- und Leistungssport erreicht werden. Daher setzt sich PluSport auf allen Ebenen für den Nachwuchs ein.

Spitzensport

PluSport unterstützt und fördert Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung im Spitzensport. Unsere Athlet:innen nehmen an nationalen und internationalen Wettkämpfen wie den Paralympics teil. Dazu gehört die gezielte Nachwuchsförderung. Wenn immer möglich, werden Synergien mit dem Nicht-Behindertensport gesucht und genutzt.

plusport.ch/inklusion
plusport.ch/ausbildung
plusport.ch/sport/nachwuchsfoerderung/nachwuchsfoerderung-breitensport
plusport.ch/spitzensport

Sportclubs

Luca Bischofberger besucht wöchentlich das Turn- und regelmässig das Schwimmangebot von PluSport Glarus. Dieses Jahr nahm er zum zweiten Mal in der Fun-Schneesportwoche in Gstaad teil.





«Ich habe die Möglichkeit, an Turn- und Schwimmstunden teilzunehmen und bekomme gute Unterstützung bezüglich meiner Blindheit und körperlichen Einschränkung. Die Leitenden sind sehr bemüht, nach Möglichkeiten zu suchen, damit ich trotz meinem fehlenden Sehvermögen möglichst viel mitmachen zu können. Bei PluSport Glarus bin ich die einzige Person mit Blindheit.
Im Skicamp in Gstaad, wo ich mit dem Dualskibob fahre, geniesse ich das Skifahren, mit seinen Kurven, dem Tempo und dem Fahrtwind um die Ohren. Auch das Draussen sein im Schnee und in der Natur ist schön für mich. Gut finde ich auch, dass ich mich nach Möglichkeit aktiv bei der Fahrt beteiligen kann. Es ist sehr toll, dass es durch PluSport die Möglichkeit gibt, in dieser Form das Skifahren erleben zu können. Seit meinem Unfall mit körperlichen Folgen im September 2019 konnte ich letztes Jahr das erste Mal wieder das Skifahren erleben, was mir sehr gefiel.



Die Betreuung durch das Leiterteam in den genannten Camps ist für mich sehr gut. Ich bekomme jederzeit unkompliziert die Unterstützung, die ich benötige. Dies schätze ich sehr und ist für mich nicht selbstverständlich. Beim Kennenlernen von neuen Personen bin ich anfangs eher zurückhaltend. Alle Leitenden konnten dies mit ihrer offenen und lustigen Art bei mir überwinden. Das Kennenlernen von Teilnehmenden in den Camps ist für mich eine Bereicherung und ich schätze den Austausch untereinander sehr. Ich freue mich bereits auf das Skicamp im nächsten Jahr.»

Luca Bischofberger

Egal, ob du für einen grossen Wettkampf trainieren oder einfach soziale Kontakte pflegen willst: Mach mit bei einem Sportclub in deiner Nähe und verbinde dich so mit 10 000 Mitgliedern schweizweit. In 80 Sportclubs für Kinder, Jugendliche und Erwachsene bieten wir die Möglichkeit, regelmässig Sport zu treiben und so Spass an der Bewegung zu erleben. Hinweise zu Veranstaltungen, News und weitere Informationen zu den einzelnen Sportclubs findest du auf unserer Website sowie direkt bei den Clubs.

Kontakt: PluSport-
Behindertensport Schweiz
Chriesbaumstrasse 6,
8604 Volketswil
T+41 (0)44 908 45 90,
sportclubs@plusport.ch

plusport.ch/sportclubs

Halbtages- und Tageskurse – Ski Alpin, Snowboard und Tennis

Du spielst mit Freude Tennis oder fährst gerne Ski oder Snowboard und willst mit einer Gruppe Gleichgesinnter die Pisten geniessen? Du feilst an deiner Technik und möchtest von einem motivierten und professionellen Team unterstützt werden? Dann melde dich in einen Halbtages- oder Tageskurs an!



Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Schweiz oder **Mitglied** in einem **PluSport-Club** erforderlich.

Weitere Informationen und Buchung hier:

144 Teilnehmende: 10 bis 60 Jahre
KB

Ganztages-Skikurs für Fortgeschrittene

Ort: Grindelwald
Kursdaten und -zeiten: erfolgen Anfang Dezember, siehe QR-Code auf Seite 12
Anforderungen: Selbstständiges Fahren auf blauer oder roter Piste
Kursleitung: Olivia Storey, 079 686 87 41, oli@hightide.ch
Kurskosten: CHF 480.– für 8 Trainings inklusive Skiabonnement
Nicht inbegriffen: Individuelle An- und Abreise, Verpflegung, Skiausrüstung

115 Teilnehmende: 5 bis16 Jahre
GB

Halbtages-Skikurs für Einsteiger:innen und leicht Fortgeschrittene

Ort: Kinderparadies Rossweid, Sörenberg
Kursdaten: 4.1., 11.1., 18.1., 25.1.2025
Kurszeiten: 9.00–12.00 Uhr oder 13.00–16.00 Uhr
Anforderungen: Körperliche Voraussetzung, um Skifahren zu lernen, stabiler medizinscher Gesundheitszustand
Kursleitung: Eveline Berg, monaluna@bluewin.ch
Kurskosten: CHF 250.– für 4 Trainings inklusive Skiabonnement
Nicht inbegriffen: Individuelle An- und Abreise, Verpflegung, Skiausrüstung

---

147 Teilnehmende: 5 bis 18 Jahre
GB + KB

Halb- oder Ganztägiger aufbauender Skikurs für Skifahrer:innen mit Grundkenntnissen

Ort: Engelberg (Gerschnialp)
Kursdaten: 12.1., 26.1., 9.2., 23.2.2025, Ausweichdatum 9.3.
Kurszeiten: jeweils 9.00–12.00 Uhr oder 9.00–15.00 Uhr
Anforderungen:
+ Mindestanforderung: Ab Niveau Pflugdrehen auf blauer Piste
+ Körperliche Voraussetzung, um während eines halben oder ganzen Tages mit Pausen stehend Skifahren zu können
+ Körperliche Voraussetzung, um zu Fuss mit Unterstützung Treppen zur Standseilbahn zu bewältigen
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Kursleitung: Kathrin Fischbacher, fischbacher.kathrin@gmail.com
Kurskosten Halbtageskurs: CHF 250.– für 4 Trainings inklusive Skiabonnement
Kurskosten Tageskurs: CHF 350.– für 4 Trainings inklusive Mittagessen, Betreuung und Skiabonnement
Nicht inbegriffen: Individuelle An-/Abreise, Mietmaterial (muss bei Kursbeginn vorhanden sein)

114 Teilnehmende: 6 bis 18 Jahre
GB + KB

Halbtages-Skikurs für Einsteiger:innen

Ort: Pizol, Kinderland Pardiel
Kursdaten: 12.1., 19.1., 9.2., 16.2.2025
Kurszeiten: 10.00 – 12.30 Uhr oder 13.00 – 15.30 Uhr
Anforderungen: Körperliche Voraussetzung, um Skifahren zu lernen, stabiler medizinscher Gesundheitszustand
Kursleitung: Thomas Schnyder, tom_schnyder@bluewin.ch
Kurskosten: CHF 250.– für 4 Trainings inklusive Skiabonnement
Nicht inbegriffen: Individuelle An-/Abreise, Mietmaterial (muss bei Kursbeginn vorhanden sein)



107 Teilnehmende: 10 bis 40 Jahre
KB + SB

Snowboard-Kurs für Fortgeschrittene

Ort: Zentral- oder Ostschweiz
Kursdaten, -zeiten und -kosten: erfolgen Anfang Dezember, siehe QR-Code auf Seite 12
Anforderungen: Selbstständiges Fahren
Kursleitung: offen, Kontakt im Voraus: sportcamps@plusport.ch oder 044 908 45 30
Nicht inbegriffen: Individuelle An- und Abreise, Verpflegung, Snowboardausrüstung



128 Teilnehmende: ab 18 Jahre
LB + KB + PB

Tennis-Training in zwei Stärkegruppen

Ort: Baden-Dättwil
Kursdaten: 25.1., 22.2., 29.3., 26.4., 30.8., 27.9., 25.10., 29.11.25
Kurszeiten: 8.00 – 10.00 Uhr
Anforderungen: Grundkenntnisse und Fortgeschritte, Bereitschaft, an allen acht Morgen teilzunehmen
Kursleitung: Alena Beranek, 056 496 65 86
Kurskosten: CHF 330.–
Nicht inbegriffen: Individuelle An- und Abreise, Verpflegung,



Schweizer Jugendherbergen®
HOSTELLING INTERNATIONAL

HINDERNISFREIE SCHWEIZER JUGENDHERBERGEN

Das zeichnet uns aus:

- Hindernisfreie Zimmer | Nasszellen | Parkplätze
- Blinden- und Therapiehunde übernachten kostenlos
- Hinweise für die barrierefreie Anreise
- Unterstützung vor Ort durch erfahrene Mitarbeitende

NEUER NEWSLETTER RUND UMS THEMA «HINDERNISFREIE FERIEN», ZWEIMAL JÄHRLICH.

Jetzt anmelden:



UNSERE HINDERNISFREIEN HOSTELS

Kleine Gesten mit grosser Wirkung



Seit vielen Jahren engagiert sich die Stiftung Folsäure Schweiz für Menschen, die mit einem offenen Rücken zur Welt gekommen sind.

Das Engagement der Stiftung ist breit gefächert und reicht von der Finanzierung von Therapie- und Sportgeräten bis zur Unterstützung von Camps, Weekends und Events. An vorderster Front mit viel Herzblut dabei ist Maria Walliser, deren Tochter Siri mit einem offenen Rücken zur Welt kam. Pro Jahr stehen der Stiftung rund 20 000 bis 30 000 Franken an Projektgeldern zur Verfügung, die sehr gezielt gesprochen werden.

Stiftung Folsäure






15



110 Teilnehmende: ab 16 Jahren
max. 20 Personen



GB + LB + KB + PB

Das neue Jahr in Arosa feiern
→ 26. Dezember 2024 bis 1. Januar 2025

Es ist die perfekte Bergkulisse auf 1800 Metern über Meer mit Blick auf das Weisshorn: Schneesport in einem fantastischen Feriengebiet und einen fröhlichen Silvester geniessen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Snowboard
+ Hotel mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen (Kurven fahren und bremsen)
+ Gute körperliche Verfassung
+ Selbstständigkeit im Alltag

Unterkunft
Mountain Lodge Arosa, GR

Campleitung
Roland Erni, 079 642 76 48, roland.erni@gmx.net

Campkosten
CHF 750.– PluSport-Mitglieder
CHF 800.– Andere

Anmeldeschluss
26. Oktober 2024

108 Teilnehmende: 18 bis 65 Jahre
max. 23 Personen



GB + LB + KB + PB + NB

Silvestercamp – i'd Länk, dänk!
→ 27. Dezember 2024 bis 2. Januar 2025

Im Skigebiet Betelberg sind die abwechslungsreichen Pisten für fast alle Niveaus perfekt geeignet. Auch gibt es spannende Winterwanderwege zu erkunden. Neben dem Wintersport dürfen natürlich der Spielabend, der Ausflug ins Tipi und die Lagerolympiade nicht fehlen. Deshalb heisst es nur: «ab i'd Länk, dänk!»

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Snowboard
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen Ski / Snowboard (Bremsen und Kurven fahren auf blauen Pisten)
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute körperliche Verfassung

Unterkunft
Kurs- und Sportzentrum, Lenk BE

Campleitung
Florence Epiney, 079 511 08 93

Campkosten
CHF 710.– PluSport-Mitglieder
CHF 760.– Andere

Anmeldeschluss
27. Oktober 2024



Der weitläufige und flache Talboden rund um das Feriendorf Lenk, im westlichen Berner Oberland, lädt besonders im Sommer zu abwechslungsreichen Spaziergängen, Wanderungen oder Fahrten auf zwei oder vier Rädern ein.

Auch der Winter – über der Nebelgrenze – eignet sich hervorragend für entspannte Tage oder sportliche Aktivitäten aller Art sowohl für Menschen mit als auch ohne Beeinträchtigungen.

Wie wäre es beispielsweise mit einer Gondelbahnfahrt auf's Leiterli und einem Spaziergang vor atemberaubender Bergkulisse oder gar einer rasanten Abfahrt im Dual Skibob in Begleitung eines ausgebildeten Schneesportlehrers? Für ambitionierte Snowboarder und Skifahrer eignet sich der Cross Park Betelberg, auf welchem unter anderen auch das Schweizer Para-Snowboard-Team trainiert, bestens.

Wir beraten Sie gerne persönlich unter Tel. 033 736 35 35. Oder besuchen Sie unsere Website, wo Sie viele Tipps und auch Übernachtungsangebote finden.

INSPIRATIONEN FÜR IHRE NÄCHSTEN FERIEN ODER IHR SPORTCAMP AN DER LENK









Lenk ist seit 2022 offizieller Partner von PluSport.

«Es ist wunderschön hier, und die Lenk bietet einfach alles»

So Romy Tschopp, Olympiateilnehmerin und Mitglied beim Para-Snowboard-Team.



www.lenk-simmental.ch

PluSport

ADELBODEN-LENK ...DÄNK!

alpkultur SIMMENTAL

135 Teilnehmende: 14 bis 30 Jahre
max. 28 Personen



© Björn Walter/Blindspot

GB + LB + KB + SB + PB + NB

Inklusions-Jugendwintercamp
→ 28. Dezember 2024 bis 4. Januar 2025

Aktiv an der frischen Luft, neue Freestyletricks, tolle und ausgelassene Stimmung, aufgestellte Leute, neue Freundschaften knüpfen – und das inmitten der atemberaubenden Berglandschaft von Saas Fee. Sind das nicht perfekte Winterferien?

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Snowboard
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement
+ 1:1-Betreuung für Sehbehinderte

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständig in Pflege und Kommunikation
+ Ausrüstung ist selber zu organisieren. Es besteht Helmpflicht!

Unterkunft
Haus Granit, Saas Grund VS

Campleitung
Fabian Munsch, 079 433 99 81

Campkosten
CHF 490.– Einheitspreis (Teilnehmende mit Sehbehinderung zahlen einen Zuschlag, welcher aber für Mitglieder beim SBV vollumfänglich zurückgefordert werden kann.)

Anmeldeschluss
28. Oktober 2024

Dieses Sportcamp wird von Blindspot organisiert und durchgeführt. PluSport unterstützt dieses Projekt und beteiligt sich an den Campkosten. Anmeldungen zwingend unter: www.blindspot.ch

155 Teilnehmende: 13 und 14 Jahre
max. 5 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

JUSKILA-Schneesportlager inklusiv
→ 2. bis 8. Januar 2025

Das grösste und auch inklusive J+S Winterlager JUSKILA bietet 600 Jugendlichen aus der gesamten Schweiz mit den Jahrgängen **2010 und 2011** mit und ohne Beeinträchtigungen die einmalige Gelegenheit, eine abwechslungsreiche und unvergessliche Wintersportwoche an der Lenk zu erleben.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski Alpin, Snowboard
+ Leitung und Begleitung durch erfahrene PluSport-Leiter:innen
+ Unterkunft in Mehrbettzimmern und Vollpension
+ SBB-Ticket für An- und Abreise

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung um ganztags im Skigebiet unterwegs zu sein
+ Fähigkeit sich in einer Gruppe von Jugendlichen mit und ohne Beeinträchtigung zu bewegen (wenig Rückzugsmöglichkeiten)

Unterkunft
Kurs- und Sportzentrum, Lenk BE

Campleitung und Anmeldung (nicht über Anmeldeformular von PluSport!): Manuela Baumann, baumann@plusport.ch

Campkosten und weitere Informationen: www.juskila.ch

Anmeldeschluss
31. Oktober 2024

Dieses Sportcamp wird von Swiss Ski organisiert und durchgeführt. PluSport ist Partner für die Begleitung der Teilnehmenden mit Behinderung.

122 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 24 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



KB

Monoskibob, Ski und Snowboard auf der Fiescheralp
→ 4. bis 11. Januar 2025

Das schneesichere Skigebiet Fiesch-Eggishorn bietet ein Panorama mit den schönsten 4000ern des Wallis, sowie einladende Abfahrten. Das Skigebiet ist auch speziell für sitzende und stehende Einsteiger:innen geeignet. Das rollstuhlgängige Hotel (2221 m ü. M.) mit Sonnenterasse liegt direkt an der Piste.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Monoskibob, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Zwei- und Mehrbettzimmern
+ Keine Einzelzimmer verfügbar
+ Vollpension, Skiabonnement

Anforderungen
+ Alle Niveaus, für Einsteiger gut geeignet
+ Gute körperliche Verfassung, um eine Woche jeweils ganztägig auf der Piste unterwegs zu sein

Unterkunft
Hotel Eggishorn, Fiescheralp VS

Campleitung
Manuela Baumann, baumann@plusport.ch

Campkosten
CHF 1100.– PluSport-Mitglieder
CHF 1150.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
4. November 2024

150 Teilnehmende: ab 18 Jahre
max. 12 Personen / max. 2 Führhunde



SB

Langlauf- und Schneeschuh-Mekka Obergoms
→ 5. bis 11. Januar 2025

Gemeinsam die rund 100 km Loipen in einem der schneereichsten Täler der Alpen erkunden oder in Abwechslung die tief verschneiten Hänge mit den Schneeschuhen durchforsten oder doch lieber mal gemütlich über die sehr gepflegten Winterwanderwege flanieren. Du hast täglich die Wahl. Das gemütliche Hotel Walser liegt direkt an der Loipe und den Winterwanderwegen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Langlauf, Schneeschuhlaufen, Winterwandern
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Halbpension
+ Loipenpass
+ Miete Langlaufausrüstung vor Ort möglich
+ Gratis Verleih von Schneeschuhen

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition

Unterkunft
Hotel Walser, Ulrichen VS

Campleitung
Daniel Borter, 079 321 01 63

Campkosten
CHF 1060.– PluSport-Mitglieder
CHF 1110.– Andere
CHF 270.– Zuschlag Doppelzimmer zur Alleinbenützung

Anmeldeschluss
5. November 2024

112 Teilnehmende: 18 bis 70 Jahre
max. 20 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Wintersport in allen Varianten
→ 11. bis 17. Januar 2025

Abwechslung für Einsteiger:innen und Könner:innen – Ski alpin, Snowboard, Schneeschuhlaufen und Winterwandern. Im schönen und schneesicheren Sörenberg in der Zentralschweiz stehen Schnee-Action und ein abwechslungsreiches Abendprogramm auf der Liste.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard, Schneeschuhlaufen
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement
+ Gratisverleih von Schneeschuhen

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen
+ Gute körperliche Verfassung
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Unterkunft
Ferienlager Schulhaus, Sörenberg LU

Campleitung
Marcel Jungen, 079 857 37 36

Campkosten
CHF 670.– PluSport-Mitglieder
CHF 720.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
11. November 2024

123 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 15 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Fun-Schneesportwoche Gstaad 1
→ 12. bis 18. Januar 2025

Eine erlebnisreiche Woche, verschiedene Schneesportaktivitäten mit Ski, Skibob und Snowboard – das bietet das Berner Oberland. Das Team in Gstaad ist erfahren und die geniale Unterkunft, das Hotel Alphorn, freut sich auf seine Gäste!

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Drei- bis Vierbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen
+ Gewisse Selbstständigkeit und Selbstverantwortung im Alltag
+ Max. 75 kg Körpergewicht für Teilnehmende im Skibob (geführte Geräte)

Unterkunft
Hotel Alphorn, Gstaad BE

Campleitung
Giuseppe Randazzo, 079 639 94 90

Campkosten
CHF 920.– PluSport-Mitglieder
CHF 970.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
12. November 2024

117 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 16 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + GB + KB + PB

Winterspass in Scuol
→ 19. bis 25. Januar 2025

Beste Voraussetzungen für den Winterspass im sonnigen Unterengadin. Das Skigebiet Motta Naluns lockt mit 80 Pistenkilometer. Anfänger:innen und Fortgeschrittene finden hier schnell ihre Lieblingspiste.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Unterkunft mit Mehrbettbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Gute körperliche Verfassung

Unterkunft
Jugendherberge, Scuol GR

Campleitung
Daniel Rudolf von Rohr, 079 632 6784

Campkosten
CHF 970.– PluSport-Mitglieder
CHF 1020.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
19. November 2024



Barrierefreie Bergferien

Geniessen Sie eine Auszeit ohne Hindernisse und Stolpersteine in der Ferienregion Engadin Samnaun Val Müstair. Egal ob beim Mono- oder Dualskifahren, beim Wandern im geländegägigen JST-Mountaindrive Rollstuhl oder beim Entspannen in den Hallen- und Freibädern der Region – bei uns erleben Sie die atemberaubende Landschaft sorgenfrei und unbeschwert.

Weitere Informationen unter engadin.com/barrierefrei



130 Teilnehmende: ab 18 Jahre
max. 12 Personen / max. 2 Führhunde



SB

Wintersport und Genuss in Pontresina
→ 26. bis 31. Januar 2025

Zwischen majestätischen Bergen, durch verschneite Wälder und über gefrorene Seen führt das grösste Loipennetz der Schweiz. Nach einem intensiven Langlauf-Tag lassen wir uns im Wellness des Hotels Palü verwöhnen. Gemütliche Abende am Kaminfeuer runden die schönen Tage ab.

Unsere Leistungen
+ Sport: Langlauf, Winterwandern, Schneeschuhlaufen
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Halbpension mit regionalen Spezialitäten
+ Freie Nutzung des Wellnessbereichs mit 3 Saunen, Whirlpool, Dampfbad und Erlebnisduschen
+ Miete Schneesportausrüstung vor Ort möglich

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition
+ Gewisse Selbstständigkeit und Selbstverantwortung im Alltag

Unterkunft
Hotel Restaurant Palü, Pontresina

Campleitung
Eric Tremp, 079 280 45 46

Campkosten
CHF 1150.– PluSport-Mitglieder
CHF 1200.– Andere

Anmeldeschluss
26. November 2024

118 Teilnehmende: 18 bis 60 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Winterwandern in der Lenzerheide
→ 26. Januar bis 1. Februar 2025

Der Wintersportort Lenzerheide lädt uns auf den abwechslungsreichen Wegen und seiner idyllischen Landschaft für Winterwanderungen mit und ohne Schneeschuhe ein. Es besteht auch die Möglichkeit für eine Nachtwanderung.

Unsere Leistungen
+ Sport: Schneeschuh- und Winterwandern, evtl. Besuch im Hallenbad
+ Hostelunterkunft mit Mehrbettzimmern, keine Einzelzimmer
+ Vollpension
+ Kostenloser Verleih von Schneeschuhen

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition, um 4 bis 5 Stunden täglich zu Fuss unterwegs zu sein (trittsicher auch in unebenem Gelände)

Unterkunft
Roland Arena Lenzerheide, Lantsch / Lenz GR

Campleitung
Corinne Aeberhard, 079 551 01 47

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
26. November 2024

125 Teilnehmende: 8 bis 18 Jahre
max. 10 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



LB + KB + SB + NB

Let's fätz im Schnee
→ 26. Januar bis 1. Februar 2025

Das breite Schneesportangebot im schneesicheren Winterparadies Axalp oberhalb von Brienz bietet Kindern und Jugendlichen mit und ohne Behinderung viel Spass und Action im Schnee! Das Camp eignet sich für Einsteiger:innen und Könner:innen. Da die Unterkunft nicht rollstuhlgängig ist, verlangt es eine gewisse Flexibilität.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement
+ Miete Schneesportausrüstung in Absprache mit Campleitung

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Unterkunft
Bärghuus Axalp, Axalp BE

Campleitung
Judith Rohrer, 079 617 26 52

Campkosten
CHF 660.– PluSport-Mitglieder
CHF 710.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
26. November 2024

138 Teilnehmende: 16 bis 60 Jahre
max. 16 Personen / Rollstuhl-/SB-Plätze beschränkt



KB + SB

Schneesportwoche an der Lenk
→ 26. Januar bis 1. Februar 2025

Lust auf eine Woche Pistenspass in der Lenk? Hier bist du richtig. Relativ früh gehen wir am Morgen bereits los und geniessen den Tag am Berg auf einem oder zwei Brettern in diesem vielfältigen Gebiet. Im Hotel Simmenhof ist auch nach der Piste für Spass gesorgt – entweder bei einem regenerierenden Schwumm im Aussenpool, beim Billard oder in der gemütlichen Lounge bei einem Gesellschaftsspiel.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Monoskibob, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension, Skiabonnement
+ Begleitung und technische Ausbildung auf dem Schnee

Anforderungen
+ Für Anfänger nicht geeignet
+ Gute körperliche Verfassung, um eine Woche jeweils ganztägig auf der Piste unterwegs zu sein

Unterkunft
Hotel Simmenhof, Lenk BE

Campleitung
Olivia Storey, 079 686 87 41

Campkosten
CHF 1180.– PluSport-Mitglieder
CHF 1230.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
26. November 2024

132 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen / max. 2 Führhunde



SB + KB

Langlauf und Winterwandern im Engadin
→ 27. Januar bis 2. Februar 2025

Bever ist ein idealer Ausgangsort für abwechslungsreiche Langlauftouren und Winterwanderungen. Beim Gleiten über die Seen und den Ausflügen in die wunderschönen Seitentäler geniessen wir die grossartige Engadiner Winterlandschaft. Zum Wohlfühlen bietet die Bever Lodge moderne Doppelzimmer, gutes Essen und zum Entspannen eine Sauna. Das gemütliche Beisammensein am Abend gehört natürlich auch zu einer perfekten Woche.

Unsere Leistungen
+ Sport: Langlauf, Winterwandern
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Halbpension
+ Miete Schneesportausrüstung in Absprache mit Campleitung

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition

Unterkunft
Bever Lodge, Bever GR

Campleitung
Rita Wyder, 079 532 79 44

Campkosten
CHF 1090.– PluSport-Mitglieder
CHF 1140.– Andere
CHF 350.– Zuschlag Doppelzimmer zur Alleinbenützung (auf Anfrage)

Anmeldeschluss
27. November 2024

142 Teilnehmende: ab 18 Jahre
max. 12 Personen



PB + NB

In Action im Schnee – uf de Pischtä fäggts!
→ 31. Januar bis 2. Februar 2025

Komme und erlebe drei unvergessliche Tage auf der Piste im Pizolgebiet beim Ski- oder Snowboardfahren. Geniesse rasante Abfahrten inmitten der schneebedeckten Landschaft. Entdecke, wer die besten Kurven fährt und am schnellsten in der Unterkunft ist. Drei Tage Action und Spass im Schnee sind garantiert!

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin oder Snowboard
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension, Skiabonnement
+ Miete Schneesportausrüstung vor Ort möglich

Anforderungen
+ Niveau: mit Erfahrung
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition

Unterkunft
Berggasthaus Zanuz, Bad Ragaz GR

Campleitung
Nicole Ruckstuhl, 079 576 71 11

Campkosten
CHF 370.– PluSport-Mitglieder
CHF 390.– Andere

Anmeldeschluss
30. November 2024

103 Teilnehmende: 8 bis 18 Jahre
max. 20 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Pistenplausch im Toggenburg
→ 2. bis 8. Februar 2025

Mit Blick auf den Säntis kannst du auf den Pisten von Wildhaus mit Ski, Skibob oder Snowboard den Schnee geniessen. Für Anfänger:innen bis zu Profis eignet sich diese spassige, aber auch intensive Woche im Schnee. Nicht fehlen darf natürlich die Disco mit unserem legendären DJ!

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension, Skiabonnement
+ Materialmiete nach Absprache möglich

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute, körperliche Kondition für täglich 4 bis 6 Stunden auf der Piste

Unterkunft
Panorama und Gamplüt Zentrum, Wildhaus SG

Campleitung
Martin Stierle, 078 608 98 02

Campkosten
CHF 660.– PluSport-Mitglieder
CHF 710.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
2. Dezember 2024

116 Teilnehmende: 16 bis 65 Jahre
max. 25 Personen



GB + LB + PB

Skifahren im schönen Saastal
→ 8. bis 15. Februar 2025

Saas-Almagell ist der südlichste Ort im sonnenverwöhnten Saastal. Wir geniessen eine Woche lang die vielseitigen Pisten in einem übersichtlichen Skigebiet. Das abwechslungsreiche Abendprogramm mit Disco, Ausgang, Spielen oder Singen bietet für alle etwas.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement
+ Miete Schneesportausrüstung in Absprache mit Campleitung

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition, um den ganzen Tag Ski fahren zu können

Unterkunft
Almagellerhof, Saas-Almagell VS

Campleitung
Daria Schmutz, 077 422 15 52

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
8. Dezember 2024

111 Teilnehmende: 11 bis 15 Jahre
max. 10 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

JUGILA – Schneesport inklusiv
→ 9. bis 14. Februar 2025

Das JUGILA ist ein inklusives Schneesportlager für Kinder mit und ohne Beeinträchtigungen. Ziel ist es, den Teilnehmenden den Schneesport näherzubringen und die Möglichkeit zu geben, neue Freundschaften zu schliessen. Die Kinder mit Beeinträchtigung werden durch erfahrene PluSportleiter:innen betreut und begleitet.

Unsere Leistungen
+ Ski alpin, Skibob geführt, Snowboard
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern und Vollpension
+ Skiabonnement
+ Miete Sportausrüstung inklusive Kleider

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung um ganztags im Skigebiet unterwegs zu sein
+ Fähigkeit sich in einer Gruppe von Jugendlichen mit und ohne Beeinträchtigungen zu bewegen (wenig Rückzugsmöglichkeiten)

Unterkunft
Jugendherberge, Interlaken BE

Campleitung
Manuela Baumann, baumann@plusport.ch

Campkosten
CHF 350.– Einheitspreis für alle

Anmeldeschluss
31. Oktober 2024

Dieses Sportcamp wird von den Schweizer Jugendherbergen organisiert und durchgeführt. PluSport ist Partner für die Begleitung der Teilnehmenden mit Behinderung.

102 Teilnehmende: ab 40 Jahren
max. 10 Personen



GB + LB

Schneesport – in jedem Alter ein Vergnügen
→ 9. bis 15. Februar 2025

Magst du Gemütlichkeit und jeden Tag dem Wetter angepasste Aktivitäten? Auf spannenden Schneeschuhtouren entdeckst du das Emmental und das Berner Oberland. Ob bei Sonnenschein oder im Nebel mit Raureif, es hat immer seinen Reiz. Am Abend dann ausspannen oder noch mit den Pferden die Milch holen gehen. Ein Ausflug mit der Kutsche gehört auch zum Programm.

Unsere Leistungen
+ Sport: Schneeschuhlaufen, Schlitteln
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Gratisverleih von Schneeschuhen

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Freude an verschiedenen Aktivitäten im Schnee
+ Gute körperliche Verfassung

Unterkunft
Lagerhaus Schossrüti, Langnau i. E. BE

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossrueti@bluewin.ch

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
9. Dezember 2024

104 Teilnehmende: ab 16 Jahren
max. 22 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB

Engadiner Skimarathon
→ 9. bis 15. Februar 2025

In vier Tagesetappen nehmen wir die malerischen 42 km des Engadin Skimarathon in Angriff. Dabei haben wir Zeit, die wunderschöne Engadiner Landschaft zu geniessen und bei Aufstiegen und Abfahrten über uns hinaus zu wachsen. Im Zentrum aber steht die Freude am Langlaufen und gute Gemeinschaft.

Unsere Leistungen
+ Sport: Langlauf, Langlaufschlitten
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension, Loipenpass
+ Miete Schneesportausrüstung in Absprache mit Campleitung

Anforderungen
+ Niveau: alle, Langlauferfahrung von Vorteil
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition, um täglich 3 bis 5 Stunden unterwegs zu sein

Unterkunft
Jugendherberge, St.Moritz GR

Campleitung
Roland Deininger, 078 680 50 01 oder 071 222 77 45

Campkosten
CHF 660.– PluSport-Mitglieder
CHF 710.– Andere

Anmeldeschluss
9. Dezember 2024



106 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 15 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Fun-Schneesportwoche Gstaad 2
→ 16. bis 22. Februar 2025

Eine erlebnisreiche Woche, verschiedene Schneesportaktivitäten mit Ski, Skibob und Snowboard – das bietet das Berner Oberland. Das Team in Gstaad ist erfahren und die geniale Unterkunft, das Hotel Alphorn, freut sich auf seine Gäste!

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Drei- bis Vierbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen
+ Gewisse Selbstständigkeit und Selbstverantwortung im Alltag
+ Max. 75 kg Körpergewicht für Teilnehmende im Skibob (geführte Geräte)

Unterkunft
Hotel Alphorn, Gstaad BE

Campleitung
Giuseppe Randazzo, 079 639 94 90

Campkosten
CHF 990.– PluSport-Mitglieder
CHF 1040.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
16. Dezember 2024

126 Teilnehmende: 7 bis 18 Jahre
max. 15 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + NB

Plausch im Schnee an der Lenk
→ 16. bis 22. Februar 2025

Wir sind umgezogen! Dieses Jahr findet unser Camp an der Lenk statt. Auch hier steht der Spass auf der Piste und am Abend an erster Stelle. Wir freuen uns auf alle, welche mit uns das neue Abenteuer erleben möchten. Die Unterkunft ist rollstuhlgängig und das Skigebiet kann mit den ÖV's erreicht werden.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement
+ Miete Schneesportausrüstung in Absprache mit Campleitung

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbständigkeit am Alter angepasst

Unterkunft
Mountain Lodge Wildstrubel, Lenk BE

Campleitung
Judith Strack, 079 285 10 65

Campkosten
CHF 760.– PluSport-Mitglieder
CHF 810.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
16. Dezember 2024

131 Teilnehmende: 18 bis 65 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB + PB

Langlaufen im Landwassertal
→ 23. Februar bis 1. März 2025

Davos ist mit vielen abwechslungsreichen Loipen der ideale Ort für eine tolle Langlaufwoche. Ob Einsteiger:innen oder Fortgeschrittene es hat für alle Niveaus geeignetes Gelände dabei. Das gemütliche Hotel Shima haben wir exklusiv für uns gebucht.

Unsere Leistungen
+ Sport: Langlauf klassisch und skating
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Halbpension
+ Anfänger haben die Möglichkeit im Schulgelände der Langlaufschule ihre ersten Versuche zu starten
+ Miete Langlaufausrüstung vor Ort möglich

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition um mehrere Stunden pro Tag draussen unterwegs zu sein

Unterkunft
Hotel Shima, Davos GR

Campleitung
Thomas Schnyder, 079 520 15 35

Campkosten
CHF 770.– PluSport-Mitglieder
CHF 820.– Andere

Anmeldeschluss
23. Dezember 2024

149 Teilnehmende: 13 bis 50 Jahre
max. 18 Personen

Auch als TAGESCAMP buchbar!



GB + LB + KB + SB+ PB + NB

Sport, Spiel und Spass
→ 1. bis 7. März 2025
→ 3. bis 7. März 2025 – Tagescamp

Nutze die Gelegenheit um das Napfgebiet kennenzulernen. Dich erwarten verschiedene Aktivitäten in der Turnhalle und an der frischen Luft, das spielerische Entdecken der Umgebung von Willisau und ein super motivierendes Leiterteam, das dich zu ganz viel Spass verleitet.

Unsere Leistungen
+ Sport: Polysport, Schwimmen, kurze Wanderungen (ca. 5 km)
+ Gruppenunterkunft im Sportzentrum mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension (Tagescamp inkl. Mittagessen)

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition

Unterkunft
Sportzentrum Willisau, Willisau LU

Campleitung
Michael Imfeld, 079 739 89 87

Campkosten
CHF 630.– mit Übernachtung PluSport-Mitglieder
CHF 680.– mit Übernachtung Andere
CHF 400.– ohne Übernachtung PluSport-Mitglieder
CHF 450.– ohne Übernachtung Andere

Anmeldeschluss
1. Januar 2025

129 Teilnehmende: ab 18 Jahre
max. 12 Personen / keine Führhunde



SB

Erlebniswoche im Goms
→ 1. bis 8. März 2025

Das Obergoms ist ein Paradies für Wintersportler:innen und bietet auch im März schneesichere Loipen. Erlebe mit uns eine abwechslungsreiche Woche; sei es auf den Langlaufskis, beim Schneeschuhlaufen oder Winterwandern. Bewegung in freier Natur steht im Vordergrund. Am Abend geniessen wir die Gastfreundschaft vom Hotel Grimsel und lassen uns kulinarisch verwöhnen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Langlauf, Schneeschuhlaufen, Winterwandern
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Halbpension
+ Loipenpass
+ Miete Schneesportausrüstung in Absprache mit Campleitung
+ Gratis Verleih von Schneeschuhen

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition, um sich täglich über mehrere Stunden in freier Natur bewegen zu können

Unterkunft
Hotel Grimsel, Obergesteln VS

Campleitung
Hansueli Stucki, 078 603 83 26

Campkosten
CHF 1180.– PluSport-Mitglieder
CHF 1230.– Andere
Einzelzimmer auf Anfrage

Anmeldeschluss
1. Januar 2025





105 Teilnehmende: 10 bis 17 Jahre
max. 12 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt

d i



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Skifahren in der Sonnenstube Airolo
→ 2. bis 8. März 2025

Dieses einzigartige Skigebiet liegt im Herzen der Tessiner Alpen und ist ideal für Kinder und Jugendliche. Auch neben der Piste haben wir Spass zusammen, machen Spiele und tolle Aktivitäten.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob und Snowboard
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Keine Materialmiete vor Ort möglich

Unterkunft
Casa al Mulino, Airolo TI

Campleitung
Damiano Zemp, 079 625 90 36

Campkosten
CHF 700.– PluSport-Mitglieder
CHF 750.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
2. Januar 2025

141 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 15 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Fun-Schneesportwoche Gstaad 3
→ 2. bis 8. März 2025

Schnee und Spass im schönen Gstaad und das im März. Dank zahlreicher Schneesportaktivitäten ist hier für Abwechslung gesorgt und wer will, kann zwischendurch die Märzsonne auf der Terrasse im schönen Hotel Alphorn geniessen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Drei- und Vierbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen
+ Gewisse Selbstständigkeit und Selbstverantwortung im Alltag
+ Max. 75 kg Körpergewicht für Teilnehmende im Skibob (geführte Geräte)

Unterkunft
Hotel Alphorn, Gstaad BE

Campleitung
Giuseppe Randazzo, 079 639 94 90

Campkosten
CHF 950.– PluSport-Mitglieder
CHF 1000.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
2. Januar 2025

136 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



KB + SB

Wintersport in Grächen
→ 9. bis 15. März 2025

Eine erlebnisreiche Schneesportwoche erwartet dich im sonnigen Grächen. Mit Ausblick auf das eindrucksvolle Walliser Bergpanorama bietet das abwechslungsreiche Skigebiet ideale Pistenverhältnisse für Einsteiger sowie Fortgeschrittene. Das rollstuhlgängige Hotel Walliserhof liegt nur wenige Gehminuten von der Talstation der Hannigalpbahn entfernt.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement
+ Miete Schneesportausrüstung in Absprache mit Campleitung

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition

Unterkunft
Hotel Walliserhof, Grächen VS

Campleitung
Nadia Sigrist, 079 678 38 83

Campkosten
CHF 1240.– PluSport-Mitglieder
CHF 1290.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
9. Januar 2025

119 Teilnehmende: 18 bis 65 Jahre
max. 22 Personen



GB + LB + PB + NB

Glarner Olympiade
→ 16. bis 22. März 2025

Mit dem olympischen Gedanken «Dabei sein ist alles» verbringen wir eine sportliche Woche im schönen Glarnerland. Spiel, Sport und sehr viel Spass, das ultimative Indoor Camp. Dazu gehört auch das gemütliche Beisammensein nach den sportlichen Aktivitäten. Wer wird Olympiasiegerin oder Olympiasieger?

Unsere Leistungen
+ Sport: Ballsport, Schwimmen, Polysport, Tanzen, Klettern, Kegeln, Spinning, Unihockey
+ Olympiade
+ Ausflug, Spiel & Spass
+ Unterkunft im Sportzentrum mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Aktive Teilnahme an sportlichen Aktivitäten
+ Angepasstes Leistungsniveau
+ Keine 1:1 Betreuung möglich, Fussgänger

Unterkunft
lintharena, Näfels GL

Campleitung
Martin Meier, 079 671 80 23

Campkosten
CHF 650.– PluSport-Mitglieder
CHF 700.– Andere

Anmeldeschluss
16. Januar 2025

127 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 25 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB

Sportcamp Davos
→ 16. bis 22. März 2025

Schneesport vom Feinsten erwartet Wintersporttreibende in Davos. In toller Umgebung können alle ihrem Können entsprechend gefördert werden. Abends lässt es sich herrlich im Hotel entspannen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob geführt, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen (keine Anfänger, rote Pisten)
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Gute körperliche Verfassung und Kondition
+ Max. 75 kg Körpergewicht für Teilnehmende im Skibob

Unterkunft
Hotel Grischa, Davos Platz GR

Campleitung
Gian-Reto Hess, 078 870 40 70

Campkosten
CHF 900.– PluSport-Mitglieder
CHF 950.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
16. Januar 2025

143 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 17 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + GB&KB + PB

Schneegenuss ohne Hektik
→ 16. bis 22. März 2025

Beste Voraussetzungen für den Winterspass im sonnigen Unterengadin. Das Skigebiet Motta Naluns lockt mit 80 Pistenkilometer. Anfänger:innen und Fortgeschrittene finden hier schnell ihre Lieblingspiste.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Skibob, Snowboard
+ Unterkunft mit Mehrbettbettzimmern
+ Vollpension
+ Skiabonnement

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Gute körperliche Verfassung

Unterkunft
Jugendherberge, Scuol GR

Campleitung
Daniel Rudolf von Rohr, 079 632 67 84, nur SMS

Campkosten
CHF 860.– PluSport-Mitglieder
CHF 910.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
16. Januar 2025

146 Teilnehmende: 16 bis 60 Jahre
max. 16 Personen / Rollstuhl-/SB-Plätze beschränkt



KB + SB (2 Plätze)

Pistenspass auf der Fiescheralp
→ 23. bis 29. März 2025

Eine Woche Frühlingsskifahren auf ruhigen Pisten und umgeben von schönstem Walliser Bergpanorama mit Aussicht auf den Aletschgletscher. Das Hotel liegt auf 2222 m. ü. M direkt an der Piste. Am Morgen ziehst du die ersten Kurven auf der frisch präparierten Piste. Am Mittag bietet sich die Möglichkeit einer ausgedehnten Pause – auf der Sonnenterrasse oder im Hotelzimmer. Auch der Kuhstall und das Tipi für den Après-Ski sind nahe und natürlich immer gern besucht. Auch für Anfänger:innen geeignet.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin, Monoskibob, Snowboard
+ Hotelunterkunft mit Zwei- und Mehrbettzimmern
+ Vollpension, Skiabonnement

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung, um eine Woche jeweils ganztägig auf der Piste unterwegs zu sein
+ Begleitung und technische Ausbildung auf dem Schnee

Unterkunft
Hotel Eggishorn, Fiescheralp VS

Campleitung
Olivia Storey, 079 686 87 41

Campkosten
CHF 1040.– PluSport-Mitglieder
CHF 1090.– Andere
CHF 100.– Skibobmiete (auf Bestellung)

Anmeldeschluss
23. Januar 2025

137 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 16 Personen



KB + SB + NB (max. 4 Plätze)

Oster-Tourencamp
→ 17. bis 11. April 2025

Im Frühling findest du beidseits der Wetterscheide am Julierpass optimale Voraussetzungen für Ski- und Snowboardtouren. Nur wenige Kilometer vom Engadin entfernt warten, in einer der schneesichersten Region Graubündens, viele Gipfel auf dich. Unsere Unterkunft ist der perfekte Ausgangspunkt für unsere Touren.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski- und Snowboardtouren mit 1:1-Betreuung
+ Gasthausunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau Skifahren auf der Piste: Sicherer Parallelschwung (Ski) oder basic turn auf und neben der Piste
+ Gute körperliche Verfassung und Ausdauer, um täglich mind. 5 Stunden im winterlichen Gebirge unterwegs zu sein
+ Snowboarder:innen: Ersatzschnallen und Ersatzschrauben für Bindung mitnehmen

Unterkunft
Ospizio La Veduta, Bivio GR

Campleitung
Manuela Baumann, baumann@plusport.ch

Campkosten
CHF 920.– PluSport-Mitglieder
CHF 970.– Andere

Anmeldeschluss
17. Februar 2025













001 Teilnehmende: 10 bis 20 Jahre
max. 12 Personen / 1 Rollstuhlplatz



GB + LB + KB + SB + NB

Reiten in den Frühling
→ 6. bis 12. April 2025

«Das grösste Glück der Erde, liegt auf dem Rücken der Pferde». Auf dem Therapiehof Rüti warten verschiedene Pferde in allen Grössen und Farben auf dich, um gestriegelt und geritten zu werden. Auch sonst machen wir viel Lässiges: Spielen, Musizieren, Lagerfeuer, Tanzparties und vieles mehr!

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten, Polysport
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Körpergewicht max. 75 kg
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Keine Betreuung in der Nacht

Unterkunft
Ferienhaus Rechberg, Wald AR

Campleitung
Priti Pawar, 076 344 49 17

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
6. Februar 2025

067 Teilnehmende: 18 bis 70 Jahre
max. 14 Personen



GB + LB

Vielseitige Sportwoche im Emmental
→ 6. bis 12. April 2025

Ein Ausritt in die Emmentaler Höger oder der Emme entlang, einen Geschicklichkeitsparcours reiten oder einfach die Pferde verwöhnen und stylen: Dies und noch viel mehr ist in dieser Woche möglich. Doch auch Klettern, Bogenschiessen, Wandern, Schwimmen und Tanzen werden in Workshops angeboten.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten, Schwimmen, Bogenschiessen, Klettern, Wandern, Tanzen
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Freude an sportlicher Betätigung und neuen Erfahrungen
+ Freies Stehen und Gehen
+ Körpergewicht beim Reiten max. 85 kg

Unterkunft
Lagerhaus Schossrüti, Langnau i.E. BE

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossrueti@bluewin.ch

Campkosten
CHF 800.– PluSport-Mitglieder
CHF 850.– Andere

Anmeldeschluss
6. Februar 2025

047 Teilnehmende: 8 bis 16 Jahre
max. 15 Personen / Rollstuhlplätze auf Anfrage



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Karate und mehr (Tagescamp)
→ 7. bis 11. April 2025

In unserem Tagescamp in Engelburg bieten wir dir die Möglichkeit, die japanische Kampfkunst Karate auszuprobieren. Zudem erwarten dich viel Spass und Abwechslung bei polysportiven Aktivitäten und Ausflügen.

Unsere Leistungen
+ Sport- und Bewegungsprogramm von 9.00 bis 17.00 Uhr (Karate, Selbstverteidigung, Polysport)
+ Mittagessen und Zwischenverpflegung
+ Kein Bring- und Abholservice

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbständigkeit im Alltag
+ Gute Grundkondition
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Durchführungsort
Mehrzweckhalle Schulhaus Engelburg SG

Campleitung
Rowena Schmocker, 079 877 07 95

Campkosten
CHF 400.– PluSport-Mitglieder
CHF 450.– Andere

Anmeldeschluss
7. Februar 2025

061 Teilnehmende: 12 bis 20 Jahre
max. 8 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

Frühlingskletterwoche im Tessin
→ 21. bis 26. April 2025

Wir klettern in Klettergebieten rund um Ponte Brolla. Klettern, Bouldern, Abseilen und andere Aktivitäten für alle, die das Klettern erlernen wollen oder schon vom Klettervirus angesteckt sind.

Unsere Leistungen
+ Sport: Klettern
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Miete Kletterausrüstung in Absprache mit Campleitung
+ 1:1-Begleitung durch fachkundige Bergsteiger:innen
+ Ausgebildeter Bergführer als technischer Leiter

Anforderungen
+ Alle Niveaus (gute Fussgänger)
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Teilnahme an Klettertag von alpinisme & handicap erwünscht (nur bei Erstanmeldung). Daten siehe www.alpinisme-handicap.ch

Unterkunft
Campo Enrico Pestalozzi, Arcegno TI

Campleitung
Rebecca Göldi, 079 611 28 70, info@alpinisme-handicap.ch

Campkosten
CHF 450.– Einheitspreis für alle

Anmeldeschluss
21. März 2025

Dieses Sportcamp wird von alpinisme & handicap organisiert und durchgeführt. PluSport unterstützt dieses Projekt und beteiligt sich an den Kosten.

002 Teilnehmende: 10 bis 26 Jahre
max. 90 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Kampfkunst und Integration FIGHT4KIDS
→ 26. April bis 2. Mai 2025

Das FIGHT4KIDS Camp ist ein inklusives Kampfsportlager für Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung. In dieser Woche lernst du viele neue Gleichaltrige kennen. Neben dem allmorgendlichen Kampfsport-Training organisieren wir auch polysportive Spiele und Ausflüge, die durch ein abenteuerliches Campthema abgerundet werden.

Unsere Leistungen
+ Sport: Kampfsport, Polysport
+ Unterkunft im Sportzentrum mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus

Unterkunft
Kurs- und Sportzentrum, Lenk BE

Campleitung
Oliver Hasler, 079 430 99 66

Campkosten
CHF 540.– PluSport-Mitglieder
CHF 590.– Andere

Anmeldeschluss
26. Februar 2025

Dieses Camp wird in Zusammenarbeit mit dem Verein FIGHT4KIDS organisiert und durchgeführt, über den die Anmeldungen der ca. 60 Teilnehmenden ohne Behinderung läuft.

045 Teilnehmende: 25 bis 70 Jahre
max. 16 Personen



LB + KB

«Fit mit Herz»
→ 27. April bis 4. Mai 2025

In der Walliser Bergwelt trainieren wir unser Körpergefühl, unsere Haltung und uns zu entspannen. Zudem geniessen wir die Wirkung des Thermalwassers. Kleine Märsche und Spaziergänge runden den Tag ab. Abends bleibt Zeit für Spiel, Spass und Gemütlichkeit.

Unsere Leistungen
+ Sport: Aquafit, Polysport, Spaziergänge
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Gute Grundkondition, relativ selbständig

Unterkunft
Therme 51, Physio und Spa / Volksheilbad, Leukerbad VS

Campleitung
Monika Wallimann, 079 243 78 74

Campkosten
CHF 860.– PluSport-Mitglieder
CHF 910.– Andere
CHF 210.– Zuschlag Einzelzimmer

Anmeldeschluss
27. Februar 2025

080 Teilnehmende: 10 bis 20 Jahre
max. 14 Personen



GB + LB + KB + PB + NB

Abenteuer Spielparadies (Tagescamp)
→ 28. April bis 2. Mai 2025

Jung, wild und noch nicht ganz erwachsen? Dann freuen wir uns, dich in diesem Tagescamp in Willisau zu treffen. Sport, Spiel und neue Abenteuer erwarten dich.

Unsere Leistungen
+ Sport- und Bewegungsprogramm von 9.00 bis 17.00 Uhr
+ Turnen, Polysport, Minigolf
+ Schwimmen im Hallenbad
+ Je nach Wetter Sport und Bewegung draussen (im Wald)
+ Mittagessen und Zwischenverpflegung morgens / nachmittags
+ Kein Abhol- und Bringservice

Anforderungen
+ Alle Niveaus (das Programm wird den Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst)

Durchführungsort
Sportzentrum Willisau, Willisau LU

Campleitung
Michael Imfeld, 079 739 89 87

Campkosten
CHF 400.– PluSport-Mitglieder
CHF 450.– Andere

Anmeldeschluss
28. Februar 2025

097 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 10 Personen



KB + SB + NB

Frühlingsklettercamp in Arcegno
→ 18. bis 24. Mai 2025

Abwechslungsreiches Klettercamp an den Felsen rund um Arcegno. Es gibt die Möglichkeiten für Bouldern, Sportklettern oder Mehrseillängenklettertouren. Es ist für alle etwas dabei. Abends geniessen wir das gemütliche Zusammensein im Campo Enrico Pestalozzi.

Unsere Leistungen
+ Sport: Klettern
+ Gruppenunterkunft mit Zweibettzimmern
+ Vollpension
+ Ausgebildeter Bergführer IVBV als technischer Leiter

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Unterkunft
Campo Enrico Pestalozzi, LosoneTI

Campleitung
Melanie Fluder, melanie.fluder@gmail.com, 079 904 34 94

Campkosten
CHF 820.– PluSport-Mitglieder
CHF 870.– Andere

Anmeldeschluss
18. März 2025

031 Teilnehmende: 18 bis 40 Jahre
max. 10 Personen



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Trekking mit Übernachtung im Zelt
→ 23. bis 27. Mai 2025

Zu Fuss und mit dem Zelt entdecken wir die Schweizer Alpen. Wir kochen auf dem Gaskocher und waschen uns in nahegelegenen Flüssen. Ein kleines Abenteuer wartet auf alle, die gerne draussen unterwegs sind!

Unsere Leistungen
+ Sport: Wandern
+ Übernachtung im Zelt
+ Kochen auf dem Feuer oder mit Gaskocher

Anforderungen
+ Niveau: mit Erfahrung, Trittsicherheit
+ Gute Kondition und Bereitschaft, 4 bis 5 Stunden zu wandern
+ Gepäck bis maximal 15kg (muss selber getragen werden)

Unterkunft
Zeltplätze in der Region Freiburg/Saanenland

Campleitung
Judith Strack, 079 285 10 65
Daniel Aepli, 079 487 83 83

Campkosten
CHF 580.– PluSport-Mitglieder
CHF 630.– Andere

Anmeldeschluss
23. März 2025

022 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 14 Personen



GB + LB

Chräche u Flüss – das Emmental entdecken
→ 25. bis 31. Mai 2025

Saftige Wiesen, stille Wälder, atemberaubende Ausblicke zu den Gipfeln der Berner Alpen oder auf die Jurakette – das zeichnet die wunderschöne Hügellandschaft rund um Langnau im Emmental aus. Wir erleben eine Woche mit dem Pferd in diesen «Chräche u Flüss». Der Zweitagesritt mit einer Übernachtung in einer einfachen Unterkunft wird sicher unvergesslich bleiben.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten (Schwerpunkt Ausreiten)
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute Kondition und Bereitschaft, um täglich mehrere Stunden im Gelände auf dem Pferd und zu Fuss unterwegs zu sein
+ Körpergewicht max. 85 kg
+ Keine akute Epilepsie

Unterkunft
Lagerhaus Schossrüti, Langnau i. E. BE

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossrueti@bluewin.ch

Campkosten
CHF 790.– PluSport Mitglieder
CHF 840.– Andere

Anmeldeschluss
25. März 2025

079 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 14 Personen



GB + LB + SB + PB + NB

Reitwoche auf dem Fribyhof
→ 25. bis 31. Mai 2025

Während einer Woche geniessen wir viel Pferdezeit auf Tonis Fribyhof. Das Reiten steht im Fokus und du erhältst viel Reitzeit auf dem Reitplatz und auf Ausritten durch den Wald. Von unseren Abenteuern erholen wir uns im wunderschönen Hotel Rössli in Lütisburg.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau: Gute Reitkenntnisse
+ Kondition, um am Morgen und am Nachmittag je 2 Stunden bei jedem Wetter reiten zu können
+ Körpergewicht max. 90 kg

Unterkunft
Hotel Rössli Tufertschwil, Lütisburg

Campleitung
Katja Dunkel, 079 226 24 98

Campkosten
CHF 1100.– PluSport-Mitglieder
CHF 1150.– Andere

Anmeldeschluss
25. März 2025

049 Teilnehmende: 18 bis 60 Jahre
max. 25 Personen



GB + LB + KB + PB

Tanzcamp
→ 29. Mai bis 1. Juni 2025

Bewegst du dich gerne zu verschiedenen Musikstilrichtungen und lernst gerne einfache Choreografien? – Dann bist du im Tanzcamp genau richtig. Schnuppere Tanzluft und fühl dich wie ein Star, bewege dich zu toller Musik, erlebe den positiven Effekt auf deinen Körper und deine Lebensfreude. Während dieses Wochenendes steht dir die Tanzbühne offen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Tanzen am Vormittag, Outdoor-Programm am Nachmittag
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Freude an Musik und Bewegung
+ Selbstständigkeit im Alltag (keine 1:1-Betreuung)

Unterkunft
wellnessHostel3000, Laax GR

Campleitung
offen
Kontakt im Voraus: sportcamps@plusport.ch oder 044 908 45 30

Campkosten
CHF 390.– PluSport-Mitglieder
CHF 440.– Andere

Anmeldeschluss
29. März 2025

051 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 14 Personen



SB

Tandem – Auffahrtstour
→ 29. Mai bis 1. Juni 2025

Von unserem fixen Standort in Arenenberg aus, unternehmen wir täglich abwechslungsreiche Ausfahrten von ca. 65 bis 85 Kilometer. Dabei lernen wir die Schönheit und Vielfalt der Region und des Apfelkantons am Bodensee kennen. Das sehr grosse Velonetz ermöglicht uns, viele Kilometer abseits der Hauptstrassen zu geniessen. Genuss, Sport und Spass stehen während diesen Tagen im Vordergrund.

Unsere Leistungen
+ Sport: Tandem fahren
+ Unterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau: mit Erfahrung
+ Gute Grundkondition, vorheriges Training empfehlenswert
+ Bereitschaft, täglich mehrere Stunden Tandem zu fahren

Unterkunft
Hotel Arenenberg, Salenstein TG

Campleitung
Daniel Borter, 079 321 01 63

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder / CHF 150.– Tandemmiete*
CHF 740.– Andere / CHF 200.– Tandemmiete*
* auf Bestellung

Anmeldeschluss
29. März 2025

029 Teilnehmende: 18 bis 50 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + SB + PB

Erlebniswoche in Zuchwil
→ 1. bis 7. Juni 2025

In diesem Camp erfüllen wir fast alle Wünsche – Schwimmen, Wandern, Turnen und Tandem fahren. Unser Angebot ist besonders vielfältig und selbstverständlich sorgen wir auch für Gemütlichkeit und Entspannung.

Unsere Leistungen
+ Sport: Polysport, Schwimmen, Wandern, Tandem fahren
+ Unterkunft im Sportzentrum mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung
+ Kondition um 4 bis 5 Stunden zu wandern
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Unterkunft
Sportzentrum, Zuchwil SO

Campleitung
Daniel Rudolf von Rohr, 079 632 67 84

Campkosten
CHF 750.– PluSport-Mitglieder
CHF 800.– Andere

Anmeldeschluss
1. April 2025

016 Teilnehmende: ab 18 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB + KB + SB

Buntes Sportkaleidoskop
→ 8. bis 14. Juni 2025

Reiten, klettern oder doch lieber Bogen schiessen? Wandern oder in die Badi gehen? In diesem Sportcamp musst du dich nicht für das eine oder andere entscheiden. Jeden Tag gibt es verschiedene Angebote, aus welchen du deinen Favoriten auswählen kannst. Der zum Lagerhaus umgebaute Emmentaler Bauernhof bietet zudem alles für einen gemütlichen und naturnahen Aufenthalt.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten, Klettern, Wassersport, Wandern, Tanzen, Bogenschiessen
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau: gute Kondition um 3 Stunden Wandern zu können
+ Freude an sportlicher Betätigung und neuen Erfahrungen
+ Freies Stehen und Gehen
+ Körpergewicht für das Reiten max. 90 kg

Unterkunft
Lagerhaus Schossrüti, Langnau i. E. BE

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossrueti@bluewin.ch

Campkosten
CHF 740.– PluSport Mitglieder
CHF 790.– Andere

Anmeldeschluss
8. April 2025

010 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 24 Personen



GB + LB + KB + PB + NB

Fussball Schweizer Cup
→ 14. bis 21. Juni 2025

Dieses Jahr spielen wir um den Schweizer Cup. Wähle dein Lieblingsteam, trainiere dein Fussballkönnen und qualifiziere dich für die Euro-Liga. Zwischendurch erholen wir uns und am letzten Tag finden die Finalspiele statt. Wer holt sich den Cup?

Unsere Leistungen
+ Sport: Fussball
+ Unterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Selbstständigkeit im Alltag

Unterkunft
Bodensee-Arena, Kreuzlingen TG

Campleitung
Luigi Ponte, 079 217 90 81

Campkosten
CHF 680.– PluSport-Mitglieder
CHF 730.– Andere

Anmeldeschluss
14. April 2025

056 Teilnehmende: 18 bis 80 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

Nordic Walking rund um den Säntis
→ 15. bis 21. Juni 2025

Den stolzen Säntis immer im Blick! Unsere Touren führen uns je nach Wetter und Kondition mal sanfter durch die Hügel des Appenzellerlandes, mal sportlicher durch die Wälder und Rieter auf guten Wanderwegen rund um den Säntis. Abends geniessen wir bei Spiel und Spass das Zusammensein im wunderschönen Reka-Feriendorf Urnäsch und erfahren auch einiges über das Appenzeller Brauchtum.

Unsere Leistungen
+ Sport: Nordic Walking, Wandern
+ Hotelunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gut zu Fuss und fit genug für mehrstündige Wander-/Nordic Walking Touren
+ Selbstständigkeit im Alltag

Unterkunft
Reka-Feriendorf Urnäsch, Urnäsch AR

Campleitung
Rita Zwingli, 079 676 01 09

Campkosten
CHF 710.– PluSport-Mitglieder
CHF 760.– Andere

Anmeldeschluss
15. April 2025

092 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 15 Personen



LB + KB + SB + PB

Wildwest-Feeling in San Jon
→ 15. bis 21. Juni 2025

Das Getrappel der Pferdehufe, Staub der aufwirbelt wenn die Herde auf die Weide galoppiert, ein Drink im Saloon, Geschichten die man sich am Lagerfeuer erzählt … pures Westernfeeling! Es erwartet euch ein spannendes Programm; Westernreitstunden abwechselnd mit Ausritten, Kutschenfahrt mit Apéro oder auch einfach mal die Seele baumeln lassen im Thermalbad Bogn Engiadina.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten
+ Hotelunterkunft mit Zwei- oder Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Bereitschaft und Kondition um täglich bei jedem Wetter unterwegs zu sein
+ Körpergewicht max. 95 kg
+ Keine akute Epilepsie

Unterkunft
Reitstall & Saloon, San Jon GR

Campleitung
Brigitte Goldiger Wolf, 079 429 71 98, goldwolf@bluewin.ch

Campkosten
CHF 900.– PluSport-Mitglieder
CHF 950.– Andere

Anmeldeschluss
15. April 2025

088 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 10 Personen



GB + LB + PB + NB

Bergtrekking im Toggenburg
→ 21. bis 28. Juni 2025

Wir wandern auf dem Toggenburger Höhenweg auf rund 1600 Höhenmetern und geniessen die Aussicht zu den Churfirsten und zum Alpstein, ins Glarnerland und ins Appenzellerland. Alpen und Felsen wechseln sich ab. Nach den Tageswanderungen mit grossem Rucksack erholen wir uns in gemütlichen Alpwirtschaften und Berggasthäusern. Wir tragen unser Gepäck für eine Woche alle selbst mit.

Unsere Leistungen
+ Sport: Bergtrekking
+ Gruppenunterkünfte mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveaus: mit Erfahrung, Trittsicherheit
+ Gute Kondition und Bereitschaft, um täglich mehrere Stunden bei jedem Wetter mit dem gesamten Gepäck zu wandern
+ Selbstständigkeit im Alltag und stabile Gesundheit

Unterkunft
Berggasthäuser im Toggenburg

Campleitung
Beatrix Schlaubitz, 079 564 47 88

Campkosten
CHF 650.– PluSport-Mitglieder
CHF 700.– Andere

Anmeldeschluss
21. April 2025

005 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



LB + KB + SB

Segelcamp auf dem Bodensee
→ 28. Juni bis 4. Juli 2025

Unser beliebtes Segelcamp richtet sich an alle Segelfans oder diejenigen, die es werden wollen. Du kannst die ganze Woche am Steuer des Bootes verbringen und lernst, das Boot zu führen oder kannst die Bootsführung vertiefen. Den Launen des Wetters sind wir ausgeliefert, das ändert aber nichts an unserer guten Stimmung.

Unsere Leistungen
+ Sport: Segeln
+ Schiffsunterkunft
+ Vollpension

Anforderungen
+ Gute Kondition und Bereitschaft für ein mehrstündiges Sportprogramm
+ Alle Teilnehmenden müssen die Transfers auf das Boot und im Boot selbstständig ausführen können

Unterkunft
Auf komfortabel eingerichteten Schiffen in diversen Häfen am Bodensee

Campleitung
Peter Ruf, 079 703 34 94

Campkosten
CHF 780.– PluSport-Mitglieder
CHF 830.– Andere

Anmeldeschluss
28. April 2025

048 Teilnehmende: 16 bis 75 Jahre
max. 24 Personen



GB + LB + KB + PB + NB

Alpine Wanderwoche Berner Oberland
→ 28. Juni bis 5. Juli 2025

Willkommen im Wanderparadies rund um Gstaad und Saanen! Hier erkunden wir atemberaubende Berglandschaften, kristallklare Seen und gemütliche Almhütten. Wir schlendern durch grüne Täler und erklimmen Gipfel mit spektakulären Ausblicken – ein unvergessliches Erlebnis für Naturfreunde und Wanderbegeisterte.

Unsere Leistungen
+ Sport: Wandern
+ Hotelunterkunft mit Zweibettzimmern
+ Vollpension
+ Keine 1:1-Betreuung

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen, schwindelfrei, trittsicher
+ Behinderung: nur leicht GB
+ Gute Kondition und Bereitschaft für mehrstündige Wanderungen

Unterkunft
Jugendherberge Gstaad Saanenland, Saanen BE

Campleitung
Marc Müller, 079 381 48 50

Campkosten
CHF 700.– PluSport-Mitglieder
CHF 750.– Andere

Anmeldeschluss
28. April 2025

020 Teilnehmende: 18 bis 40 Jahre
max. 15 Personen



GB + LB

Biken in Graubünden
→ 29. Juni bis 5. Juli 2025

Eine Woche lang bewegen wir uns mit dem Bike in der Surselva. Ob unten am Rhein, oben im Gelände oder gemütlich im Wald, da können wir überall sein. Gemeinsam geniessen wir viel Zeit in der Natur mit dem Bike oder am Feuer.

Unsere Leistungen
+ Sport: Biken
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Bikemiete vor Ort möglich (auch E-Bikes, im Voraus mieten)

Anforderungen
+ Niveaus: Fortgeschrittene
+ Halb- oder vollgefedertes Mountainbike (oder E-MTB)
+ Gute Kondition und Bereitschaft, täglich mehrere Stunden zu biken
+ Sicheres Fahrradfahren

Unterkunft
Ferienhaus Camelc, Obersaxen GR

Campleitung
Louise Pfeiffer, 079 905 17 00

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
29. April 2025

089 Teilnehmende: 7 bis 17 Jahre
max. 16 Personen



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Circus Balloni Kids
→ 29. Juni bis 5. Juli 2025

Ob du ein Talent als Clown:in, Artist:in oder Zauberer/in hast, im Zelt des Circus Balloni steht dir die Manege eine Woche lang frei! Erlebe ein spannendes und vielseitiges Camp und tauche ein in die unterhaltsame Zirkuswelt. Zum Abschluss der Woche gibt es eine richtige Zirkusshow für alle Angehörigen und Freunde von dir.

Unsere Leistungen
+ Sport: Artistik, Akrobatik, Jonglieren, Polysport
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Unterkunft
Hotel Allegro, Einsiedeln SZ

Campleitung
Thomas Schnyder, tom_schnyder@bluewin.ch

Campkosten
CHF 660.– PluSport-Mitglieder
CHF 710.– Andere

Anmeldeschluss
29. April 2025

023 Teilnehmende: 18 bis 50 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + PB

Tanz in den Sommer
→ 29. Juni bis 7. Juli 2025

Bewegt durch Musik, tanzen wir durch die Woche. Wir erkunden Bewegungsabläufe in freien und angeleiteten Improvisationen oder üben uns an kleinen Choreografien. Im Mittelpunkt steht die gemeinsame Freude an der Bewegung. Daneben lädt uns das Freibad täglich zum Abkühlen ein. Das Programm wird abgerundet durch sportliche Aktivitäten und Ausflüge in der Umgebung.

Unsere Leistungen
+ Sport: Tanzen, Polysport
+ Unterkunft im Sportzentrum mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus: Freude an Musik und Bewegung
+ Gute Kondition und Bereitschaft, sich täglich mehrere Stunden sportlich zu betätigen
+ Selbstständigkeit im Alltag

Unterkunft
Sportzentrum, Zuchwil SO

Campleitung
Janine Dähler, jandae@gmx.ch

Campkosten
CHF 840.– PluSport-Mitglieder
CHF 890.– Andere

Anmeldeschluss
29. April 2025

024 Teilnehmende: 18 bis 65 Jahre
max. 25 Personen



GB + LB + PB + NB

Velotour vom Wallis ins Tessin
→ 5. bis 12. Juli 2025

Wir starten unsere Velotour im schönen Wallis in Brig und fahren durchs Goms über den Nufenenpass, unsere Königsetappe, ins Tessin bis nach Locarno.

Unsere Leistungen
+ Sport: Velo fahren
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau: mit Grundkenntnissen
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Gute Kondition für täglich mind. 50 km fahren zu können
+ Sicheres Fahrradfahren im Strassenverkehr
+ Strassentaugliches Mountainbike oder Tourenvelo

Unterkunft
Diverse Unterkünfte, Kantone Wallis und Tessin

Campleitung
Jürg Meier, 079 671 53 00

Campkosten
CHF 610.– PluSport-Mitglieder
CHF 660.– Andere

Anmeldeschluss
5. Mai 2025

026 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 16 Personen



GB + LB + KB + SB

Segeln auf dem Zugersee
→ 6. bis 12. Juli 2025

Gemeinsam segeln wir ab Cham und geniessen die schöne Stimmung auf dem Zugersee. Wir bringen dir alles rund um diesen spannenden Sport bei und gleiten sanft über den See.

Unsere Leistungen
+ Sport: Professioneller Segelunterricht
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung

Unterkunft
Jugendherberge, Zug ZG

Campleitung
Nadia Rhiner, 079 259 80 39

Campkosten
CHF 1060.– PluSport-Mitglieder
CHF 1110.– Andere

Anmeldeschluss
6. Mai 2025

041 Teilnehmende: 18 bis 65 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB

Circus Balloni
→ 6. bis 12. Juli 2025

Tauche ein in eine verzauberte Zirkuswelt. Im Circus Balloni Camp hast du die Möglichkeit, alles auszuprobieren, was man in einer Zirkus Manege so machen kann. Als Hightlight der Woche kannst du dein verstecktes Talent bei der Aufführung am Samstag deinen Liebsten vorführen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Akrobatik, Jonglieren, Artistik
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag

Unterkunft
Hotel Allegro, Einsiedeln SZ

Campleitung
Manuela Giger, 079 650 15 73

Campkosten
CHF 770.– PluSport-Mitglieder
CHF 820.– Andere

Anmeldeschluss
6. Mai 2025

053 Teilnehmende: 20 bis 80 Jahre
max. 12 Personen

d f



SB

Tandemrouten im Jura
→ 6. bis 12. Juli 2025

Wir fahren über Weiden und durch die Wälder der Franches Montagnes, tauchen in die Täler des Doubs und fliegen über die Höhenzüge des Juras. Bist du bereit, täglich mehrere Stunden auf dem Sattel zu verbringen? Dann freuen wir uns auf deine Anmeldung.

Unsere Leistungen
+ Sport: Tandem fahren
+ Unterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute Kondition und Bereitschaft, täglich mehrere Stunden in anspruchsvollem, nicht flachem Gelände, Tandem zu fahren
+ Vorheriges Training empfohlen

Unterkunft
Hotel Jura Sport & Spa Resort, Saignelégier

Campleitung
Kaspar Kundert
Kontakt im Voraus: Urs Riediker, 079 697 16 82

Campkosten
CHF 960.– PluSport-Mitglieder / CHF 150.– Tandemmiete*
CHF 1010.– Andere / CHF 200.– Tandemmiete*
CHF 240.– Zuschlag Einzelzimmer
* auf Bestellung

Anmeldeschluss
6. Mai 2025

098 Teilnehmende: 10 bis 21 Jahre
max. 15 Personen



GB + LB + KB + PB + NB

Husky-Camp für Kinder
→ 6. bis 12. Juli 2025

Einmal als Doghandler oder Musher tätig sein, sich aktiv in der Natur bewegen, eins sein mit den Hunden. Dazu gehört auch das Futtern und Ausmisten. Neben dem Sport- und Freizeitprogramm kochen wir zusammen über offenem Feuer und helfen uns gegenseitig beim Abwaschen. Wir schlafen bei jedem Wetter in Tipi-Zelten.

Unsere Leistungen
+ Sport: Husky-Trekking
+ Unterkunft in 3-er, 4-er und 5-er Tipis
+ Vollpension
+ Dicker Schlafsack und -matte müssen mitgebracht werden

Anforderungen
+ Alle Niveau: Trittsicherheit, sportlich gehen können
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute Kondition und körperliche Verfassung
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Bereitschaft, um täglich bei jedem Wetter unterwegs zu sein

Unterkunft
Huskystuff, Alt St.Johann

Campleitung
Gabriela Fahrny, jukon.gws@gmail.com

Campkosten
CHF 570.– PluSport-Mitglieder
CHF 620.– Andere

Anmeldeschluss
6. Mai 2025

009 Teilnehmende: 9 bis 20 Jahre
max. 12 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB

Kunterbunte Sportpalette
→ 13. bis 19. Juli 2025

Reiten auf hofeigenen Pferden und Ponys, Klettern und Schwimmen – Langnau im Emmental bietet uns ein breites polysportives Angebot und wir nutzen das gerne. Die Abende verbringen wir gemütlich mit Singen und Spielen im rollstuhlgängigen Lagerhaus Schossrüti.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten, Klettern, Polysport, Schwimmen
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Fussgänger:innen: freies Stehen und Gehen
+ Rollstuhlfahrer:innen: selbstständiges Fahren im flachen Gelände

Unterkunft
Lagerhaus Schossrüti, Langnau i.E. BE

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossrueti@bluewin.ch

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
13. Mai 2025

012 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 15 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB

Mit einer Jolle aufs Wasser
→ 13. bis 19. Juli 2025

Lass dir in den farbigen Jollen den Wind um die Nase wehen. Probiere Neues aus oder verbessere Gelerntes. Wir helfen dir. Mach mit!

Unsere Leistungen
+ Sport: Professioneller Segelunterricht
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung

Unterkunft
Jugendherberge, Zug ZG

Campleitung
Nadia Rhiner, 079 259 80 39

Campkosten
CHF 1100.– PluSport-Mitglieder
CHF 1150.– Andere

Anmeldeschluss
13. Mai 2025

062 Teilnehmende: 12 bis 20 Jahre
max. 8 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

Bergerlebnis auf der Melchsee-Frutt
→ 14. bis 19. Juli 2025

Gemeinsam entdecken wir die Felswände, Klettersteige und Gipfel auf der Melchsee-Frutt. Im markanten Boni-Felsband ist für jeden Kletterer etwas dabei, egal ob Anfänger:in oder Profi. Die grandiose Bergwelt bietet vielfältige Möglichkeiten, auch Baden im Melchsee oder Bartgeier beobachten.

Unsere Leistungen
+ Sport: Klettern
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Miete Kletterausrüstung in Absprache mit Campleitung
+ 1:1-Begleitung durch fachkundige Bergsteiger:innen
+ Ausgebildeter Bergführer als technischer Leiter

Anforderungen
+ Alle Niveaus (gute Fussgänger:innen)
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Teilnahme am Klettertag von alpinisme & handicap erwünscht (nur bei Erstanmeldung). Daten siehe www.alpinisme-handicap.ch

Unterkunft
Clubhaus Ski- und Bergclub Melchsee-Frutt, Kerns

Campleitung
Debora Hanhart, 079 719 27 26, info@alpinisme-handicap.ch

Campkosten
CHF 450.– Einheitspreis für alle

Anmeldeschluss
14. Juni 2025

Dieses Sportcamp wird von alpinisme & handicap organisiert und durchgeführt. PluSport unterstützt dieses Projekt und beteiligt sich an den Kosten.

081 Teilnehmende: 6 bis 20 Jahre
max. 16 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB

Sommer-Sport und Fun!
→ 19. bis 26. Juli 2025

Wir verbringen eine sportliche Woche in dern Bergen mit vielen Outdoor-Aktivitäten und nutzen so das vielfältige Angebot der Lenzerheide. Die Bewegungsangebote werden den Fähigkeiten und Bedürfnissen der Teilnehmenden angepasst.

Unsere Leistungen
+ Sport: Polysport
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus

Unterkunft
Casa Fadail, Lenzerheide GR

Campleitung
Jasmin Basler, 079 739 96 30

Campkosten
CHF 630.– PluSport-Mitglieder
CHF 680.– Andere

Anmeldeschluss
19. Mai 2025

064 Teilnehmende: 12 bis 50 Jahre
max. 12 Personen

d f



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Entdecke das Segeln!
→ 20. bis 25 Juli 2025

Verbringe eine Sommerwoche auf dem Wasser und entdecke den Neuenburgersee mit den Segelbooten von Sailability. Wir werden dir unser Wissen über diesen attraktiven Sport vermitteln und gemeinsam segeln. Komm und erlebe tolle Segelabenteuer!

Unsere Leistungen
+ Sport: Segeln
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ ohne Hilfsmittel auf dem Boot sitzen können
+ Bestimmte Selbstständigkeit im Alltag
+ Diszipliniert sein und sich im Gruppenalltag anpassen

Unterkunft
Fondation Le Camp, Vaumarcus NE

Campleitung
Rouven Steinemann, rouven.steinemann@gmail.com

Campkosten
CHF 1100.– PluSport-Mitglieder
CHF 1150.– Andere

Anmeldeschluss
20. Mai 2025

030 Teilnehmende: 18 bis 80 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + PB

Tennis und vieles mehr
→ 20. bis 26. Juli 2025

Wenn du aktiv bist, dann haben wir das perfekte Programm für dich: Tennis, Polysport, Schwimmen und vieles mehr! Eine Woche voller sportlicher Erlebnisse und mit einem abwechslungsreichen Programm wartet auf dich.

Unsere Leistungen
+ Sport: Tennis, Polysport, bei schönem Wetter Schwimmen
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Schwimmkenntnisse
+ Selbstständigkeit im Alltag

Unterkunft
Herberge Rorschach, Rorschach SG

Campleitung
offen
Kontakt im Voraus: sportcamps@plusport.ch oder 044 908 45 30

Campkosten
CHF 630.– PluSport-Mitglieder
CHF 680.– Andere

Anmeldeschluss
20. Mai 2025

060 Teilnehmende: 9 bis 18 Jahre
max. 65 Personen / Rollstuhlplätze auf Anfrage



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Cooltour – Besser als Ferien
→ 25. Juli bis 1. August 2025

Eine Woche lang mit Freunden zelten, neue Bekanntschaften schliessen und gemeinsam den Sommer geniessen. Stell dir deine eigene Woche aus einem vielfältigen Kursangebot zusammen.

Unsere Leistungen
+ Sport: diverse Sport- und Freizeitaktivitäten
+ Unterkunft in Gruppenzelten
+ Vollpension
+ Keine 1:1-Betreuung
+ ÖV in Bern

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag, sowie bei Transfers, Körperpflege und sozialer Kommunikation

Unterkunft
Campingplatz Eichholz, Bern BE

Campleitung
Fabienne Marques, 031 932 36 32

Campkosten
Je nach finanzieller Situation: CHF 410.– bis 510.–

Anmeldung und weitere Infos
Die Anmeldung erfolgt über www.blindspot.ch und ist erst ab März 2025 möglich.

Cooltour ist ein Projekt von Blindspot – Inklusion und Vielfaltsforderung Schweiz. PluSport unterstützt bei der Vorbereitung des Camps und leistet einen massgeblichen finanziellen Beitrag.

032 Teilnehmer: 18 bis 65 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB + KB + PB

Erlebniswoche «Wasserwelten»
→ 26. Juli bis 1. August 2025

In der Erlebniswoche werden wir das Berner Oberland unter dem Motto «Piraten» unsicher machen. Ein abwechslungsreiches Programm mit viel Wasser und noch mehr Spass wird uns erwarten. Wir freuen uns bereits jetzt auf euch!

Unsere Leistungen
+ Sport: Wassersport, Wandern
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Schwimmkenntnisse (mit Schwimmweste)
+ Gute Kondition für 1 bis 2 stündige Wanderungen in zum Teil unwegsamen Gelände

Unterkunft
Ferienhaus Alpenruh, Habkern BE

Campleitung
Kay Bachofner, 078 832 11 71

Campkosten
CHF 700.– PluSport-Mitglieder
CHF 750.– Andere

Anmeldeschluss
26. Mai 2025

057 Teilnehmende: 11 bis 25 Jahre
max. 24 Personen



GB + LB + KB + PB + NB

Fussballcamp
→ 26. Juli bis 2. August 2025

Wie der Name verrät, spielt der Fussball die Hauptrolle. Aber auch Unihockey und andere Bewegungsformen werden angeboten. Die aktive und eindrucksvolle Woche wird mit einem ganztägigen Fussballturnier abgeschlossen. Angesprochen sind alle, die Freude an der Bewegung haben und sich gerne mit dem runden Leder beschäftigen. Das Camp richtet sich sowohl an erfahrene Fussballer:innen, wie auch an Anfänger:innen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Fussball, Unihockey
+ Unterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Selbstständigkeit im Alltag

Unterkunft
lintharena, Näfels GL

Campleitung
Michael Mäder, 079 964 19 02

Campkosten
CHF 660.– PluSport-Mitglieder
CHF 710.– Andere

Anmeldeschluss
26. Mai 2025

011 Teilnehmende: 14 bis 70 Jahre
max. 22 Personen



GB + LB + KB + PB

Mir sind mit em Velo da
→ 27. Juli bis 2. August 2025

Mir sind mit em Velo da … wir erkunden eine neue Gegend in der Region Thurgau. Von hier aus fahren wir in verschiedenen Gruppen 20 bis 60 km täglich auf Nebenstrassen. Hast du gewusst, dass der Kanton Thurgau 210 000 Hochstamm-Apfelbäume hat? Nach dem Velofahren haben wir Zeit zum Ausruhen, Lesen, Spielen, Kaffee trinken, Basteln und wer möchte, darf auch in der Küche mithelfen. Wir kochen selber!

Unsere Leistungen
+ Sport: Velo fahren
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Täglich mind. 20 km Velo fahren können
+ Sicheres Fahren auf Nebenstrassen

Unterkunft
Vereinszentrum Bleiche, Bischofszell TG

Campleitung
Valerie Roth, 078 736 34 73

Campkosten
CHF 590.– PluSport-Mitglieder
CHF 640.– Andere

Anmeldeschluss
27. Mai 2025

050 Teilnehmende: 10 bis 20 Jahre
max. 12 Personen / 2 Rollstuhlplätze



GB + LB + KB + SB + NB

Reiten und Polysport im Sommer
→ 27. Juli bis 2. August 2025

Auf dem Reithof in der Rüti warten die Pferde auf ihre Gäste um gepflegt und geritten zu werden. Wir reiten auf dem Reitplatz und im Gelände. Ausserdem lädt der grosse Garten zu weiteren Outdoor-Aktivitäten ein. Wir übernachten im gemütlichen Ferienhaus Rechberg.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten, Polysport
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Reitunterricht angepasst ans Niveau der Teilnehmenden

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Körpergewicht max. 75 kg

Unterkunft
Ferienhaus Rechberg, Wald AR

Campleitung
Roland Erni, 079 642 76 48

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
27. Mai 2025

091 Teilnehmende: 50 bis 70 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

50+: Sportliche und soziale Aktivitäten
→ 3. bis 9. August 2025

Das Sportcamp bietet für ALLE etwas! Du erhälst Einblicke in verschiedene sportliche und kulturelle Aktivitäten. Gemeinsam machen wir Ausflüge, um die naturnahe Umgebung zu erkunden. Eine gute körperliche Verfassung ist für das aktive und abwechslungsreiche Programm wichtig.

Unsere Leistungen
+ Sport: Polysport, Wandern, Tanzen, Schwimmen, Tandem-Velo fahren
+ Hotelunterkunft mit Mehrbettzimmern und Etagenduschen, Einzelzimmer möglich
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Kondition, um 2 bis 4 Stunden zu wandern

Unterkunft
Inforama, Ins BE

Campleitung
Flurina Henauer, 078 699 11 74

Campkosten
CHF 660.– PluSport-Mitglieder
CHF 710.– Andere

Anmeldeschluss
3. Juni 2025

021 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 14 Personen



GB + LB

Westernreiten im Emmental
→ 3. bis 9. August 2025

Du willst lernen, dein Pferd selbstständig zu satteln und auch zu reiten? Dir ist es wichtig, dein Pferd zu verstehen und von ihm auch verstanden zu werden? Dich interessiert alles rund um diese wunderbaren Vierbeiner? Du weisst, dass es nicht den perfekten Reiter gibt, nur das perfekte Team? Dann bist du in diesem Camp genau richtig. Komm ins Emmental und tauche ein in die Welt des Westernreitens!

Unsere Leistungen
+ Sport: Westernreiten
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau: Fortgeschrittene
+ Sicheres Gehen im Gelände
+ Körpergewicht max. 85 kg

Unterkunft
Lagerhaus Schossrüti, Langnau i. E. BE

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossrueti@bluewin.ch

Campkosten
CHF 800.– PluSport-Mitglieder
CHF 850.– Andere

Anmeldeschluss
3. Juni 2025

072 Teilnehmende: 18 bis 65 Jahre
max. 12 Personen, Rollstuhlplätze beschränkt



KB + SB

Seekajakwoche auf dem Brienzersee
→ 10. bis 16. August 2025

Während dieser Woche hast du die Gelegenheit, deine Paddeltechnik im Seekajak zu vertiefen. In Gruppen arbeiten wir technisch aber auch spielerisch und entdecken gleichzeitig die Ufer des türkisfarbenen Brienzersees. Auch das Mittagessen geniessen wir in Form eines Picknicks an der frischen Luft und lassen uns abends im Hotel in Interlaken mit einem feinen Essen verwöhnen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Kajak
+ Hotelunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Schwimmkenntnisse, keine Angst vor dem Wasser
+ Stabiler Gesundheitszustand
+ Keine akute Epilepsie

Unterkunft
Hotel Artos, Interlaken BE

Campleitung
Marie-Luise Krug, 079 539 15 90

Campkosten
CHF 1200.– PluSport-Mitglieder
CHF 1250.– Andere
CHF 162.– Zuschlag Einzelzimmer

Anmeldeschluss
10. Juni 2025

058 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen



LB + PB + NB

Det äne am Bergli
→ 14. bis 17. August 2025

Das Wander-/Nordic Walking-Wochenende für Menschen mit Psychiatrie-Erfahrung. Wir verbringen viel Zeit draussen in der Natur, haben Spass und geniessen die Berge.

Unsere Leistungen
+ Sport: Wandern und/oder Nordic Walking
+ Unterkunft mit Sechser- und Vierbettzimmern
+ Vollpension
+ Fahrt Scalottas und Rothorn

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Bereitschaft, mehrere Kilometer zu gehen

Unterkunft
Roland Arena, Lenz/Lantsch GR

Campleitung
Michel Wenger, 079 282 28 00

Campkosten
CHF 300.– PluSport-Mitglieder
CHF 350.– Andere

Anmeldeschluss
14. Juni 2025

038 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 10 Personen



GB + LB + PB + NB

Bergtrekking beim Matterhorn
→ 16. bis 23. August 2025

Wir wandern eine Woche umgeben von Walliser 4000-er Bergen – dabei das erdenschöne Matterhorn. Wir wagen uns selbst in die Höhe z. B. auf das Wisshorn (2937 müM) und zur Gandegghütte (3030 müM). Schnee und Eis werden in unserer Nähe sein, aber auch grüne Matten und farbenfrohe Gletschervorfelder. Wir tragen unser Gepäck alle selbst mit.

Unsere Leistungen
+ Sport: Bergtrekking
+ Gruppenunterkünfte mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveaus: mit Erfahrung, Trittsicherheit
+ Gute Kondition und Bereitschaft, um täglich mehrere Stunden bei jedem Wetter mit dem gesamten Gepäck zu wandern
+ Selbstständigkeit im Alltag und stabile Gesundheit

Unterkunft
Berggasthäuser und -hütten bei Zermatt

Campleitung
Beatrix Schlaubitz, 079 564 47 88

Campkosten
CHF 680.– PluSport-Mitglieder
CHF 730.– Andere

Anmeldeschluss
16. Juni 2025

054 Teilnehmende: 18 bis 75 Jahre
max. 12 Personen



SB

Tandem-Tourenwoche
→ 17. bis 23. August 2025

Wir unternehmen verschiedene Ausfahrten durch das Seeland, mit seiner einmaligen Fluss- und Seenlandschaft. Unterschiedliche Stärkeklassen ermöglichen es uns, dich individuell zu betreuen. Durch das Benützen von Schiff und Bahn können wir unsere Ausfahrten spannend gestalten.

Unsere Leistungen
+ Sport: Tandem fahren
+ Hotelunterkunft mit Mehrbettzimmern und Etagenduschen
+ Vollpension
+ Miete von Tandem / E-Tandem möglich

Anforderungen
+ Niveau: mit Erfahrung
+ Gute Kondition und Bereitschaft, um täglich mind. 30 km Tandem zu fahren

Unterkunft
Inforama, Ins BE

Campleitung
Christof Zimmermann, 077 530 02 34

Campkosten
CHF 900.– PluSport-Mitglieder / CHF 150.– Tandemmiete*
CHF 950.– Andere / CHF 200.– Tandemmiete*
* auf Bestellung

Anmeldeschluss
17. Juni 2025

036 Teilnehmende: ab 50 Jahren
max. 20 Personen



GB + LB + PB

50+: Bewegung und Genuss
→ 23. bis 30. August 2025

Das perfekte Sportcamp für alle über 50. Du möchtest gerne aktiv sein, aber dennoch nach einem anspruchsvollen Tag ausspannen? Im 50plus-Camp bist du genau richtig. Diese abwechslungsreiche Woche verspricht Aktivität, tägliche Thermalbad-Besuche, Spass und gemütliches Beisammensein.

Unsere Leistungen
+ Sport: Polysport, Schwimmen, Wandern
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Freude an Wasser und Bewegung
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Mind. 2 Stunden zu Fuss unterwegs sein können

Unterkunft
Therme 51, Physio und Spa / Volksheilbad, Leukerbad VS

Campleitung
Janine Dähler, jandae@gmx.ch

Campkosten
CHF 820.– PluSport-Mitglieder
CHF 870.– Andere

Anmeldeschluss
23. Juni 2025

015 Teilnehmende: 17 bis 55 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + SB + PB + NB

Wandern in und um Brigels
→ 24. bis 30. August 2025

Biendi Breil / Brigels! Die Sonnenstube in der Surselva lädt zu wunderschönen und abwechslungsreichen Wanderungen ein. Von Brigels aus erkunden wir die vielseitigen Wanderwege. Komm doch auch. Sinseveser!

Unsere Leistungen
+ Sport: Wandern
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Trittsicher, schwindelfrei
+ Gute Kondition und Bereitschaft für mehrstündige Wanderungen
+ 2 bis 3 Stärkeklassen

Unterkunft
Casa Mirella, Breil/Brigels GR

Campleitung
Michael Imfeld, 079 739 89 87

Campkosten
CHF 590.– PluSport-Mitglieder
CHF 640.– Andere

Anmeldeschluss
24. Juni 2025



THERME 51°
HOTEL, PHYSIO & SPA
LEUKERBAD

PluSport-Mitglieder erhalten bei Direktbuchung über das Hotel **30 % Rabatt;** ist aber nicht kumulierbar mit anderen Aktionen.

Therme 51 Hotel, Physio & Spa / Volksheilbad
Kurparkstrasse 24 und 25
3954 Leukerbad

T Hotel 027 472 21 00
T Physio 027 472 21 90
info@therme51.ch
www.therme51.ch

033 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen



GB + LB + SB + PB + NB

Reit- und Erlebniswoche auf dem Fribyhof
→ 24. bis 30. August 2025

In diesem Camp verbringst du viel Zeit auf und neben dem Pferd. Wir tauchen in das Hofleben auf dem Fribyhof ein. Dabei geniessen wir viel Pferdezeit und treffen bestimmt auch noch andere Vierbeiner, die es sich in der Scheune oder dem sonnigen Vorplatz gemütlich machen. Von unseren Abenteuern erholen wir uns im wunderschönen Hotel Rössli in Lütisburg.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Bereitschaft und Kondition um täglich bei jedem Wetter unterwegs zu sein
+ Körpergewicht max. 90 kg

Unterkunft
Hotel Rössli Tufertschwil, Lütisburg

Campleitung
Katja Dunkel, 079 226 24 98

Campkosten
CHF 1100.– PluSport-Mitglieder
CHF 1150.– Andere

Anmeldeschluss
24. Juni 2025

090 Teilnehmende: 20 bis 65 Jahre
max. 12 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + PB + NB

Kanusport auf dem Vierwaldstättersee
→ 24. bis 30. August 2025

In dieser Woche erlebt ihr den Kanusport in seinen verschiedenen Facetten. Vom Wassersportzentrum Nidwalden in Buochs aus unternehmen wir Touren und erlernen den Sport auf spielerische Art und Weise. Unterwegs werden wir picknicken oder auch mal bräteln. Wir übernachten in Bungalows auf dem TCS Camping Buochs.

Unsere Leistungen
+ Sport: Kajak, Kanu, SUP
+ Unterkunft mit Mehrbettzimmern (Bungalows)
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Schwimmkenntnisse, keine Angst vor dem Wasser
+ Stabiler Gesundheitszustand
+ Keine aktive Epilepsie

Unterkunft
TCS Camping Vierwaldstättersee, Buochs NW

Campleitung
Christopher Fergg, 079 425 90 76

Campkosten
CHF 870.– PluSport-Mitglieder
CHF 920.– Andere

Anmeldeschluss
24. Juni 2025

039 Teilnehmende: 18 bis 60 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + PB

Wandern und Biken im Engadin
→ 31. August bis 6. September 2025

Auf der Suche nach Gian und Giachen! Ob Velo fahren oder wandern, du kannst jeden Tag entscheiden, was du lieber machst. Im Engadin scheint die Sonne überdurchschnittlich viel. Darum bleiben wir den ganzen Tag draussen und erleben die wunderbare Bergwelt.

Unsere Leistungen
+ Sport: Wandern, Velo fahren
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ E-Bikes-Miete nach Absprache möglich

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Eigenes Velo (falls man nicht nur wandern möchte)

Unterkunft
Ferienhaus Rudigier, La Punt-Chamues-ch GR

Campleitung
Enrico Schläpfer, 079 523 04 45

Campkosten
CHF 590.– PluSport-Mitglieder
CHF 640.– Andere

Anmeldeschluss
30. Juni 2025

070 Teilnehmende: 16 bis 60 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB

Paddelsportwoche auf dem Brienzersee
→ 7. bis 13. September 2025

Lerne verschiedene Paddelsportgeräte wie Kajak, Stand Up Paddleboard, Kanu und Raft kennen und paddeln. Für Frischluft- und Wasserliebhaber:innen ist das das perfekte Camp, denn wir verbringen den ganzen Tag draussen und picknicken häufig. Am Abend werden wir vom Koch des Oberländerhofs mit einem feinen Znacht verwöhnt und geniessen die Aussicht auf den wunderschönen Brienzersee.

Unsere Leistungen
+ Sport: Kajak, Stand Up Paddling, Kanu, Rafts
+ Hotelunterkunft mit Zweibettzimmern
+ Vollpension
+ Mietmaterial

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Schwimmkenntnisse, keine Angst vor dem Wasser
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Keine akute Epilepsie, die durch Licht-Reflexionen auf dem Wasser getriggert werden kann

Unterkunft
Hotel Oberländerhof, Bönigen BE

Campleitung
Olivia Storey, 079 686 87 41

Campkosten
CHF 1090.– PluSport-Mitglieder
CHF 1140.– Andere

Anmeldeschluss
7. Juli 2025

094 Teilnehmende: 20 bis 35 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

Husky-Camp
→ 7. bis 13. September 2025

Trekking mit den Schlittenhunden, ausmisten und füttern, wohnen im «Tipi-Dorf» und gemeinsames Kochen über offenem Feuer. In diesem Outdoor-Camp erwartet dich viel Spannendes und ganz viel Spass in der Natur. Ein unvergessliches Erlebnis!

Unsere Leistungen
+ Sport: Husky-Trekking
+ Unterkunft in 3er-, 4er- und 5er-Tipis
+ Vollpension
+ Dicker Schlafsack und gute Schlafmatte müssen mitgebracht werden

Anforderungen
+ Niveau: Trittsicherheit, sportlich gehen können
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute Kondition und körperliche Verfassung
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Bereitschaft, um täglich bei jedem Wetter unterwegs zu sein

Unterkunft
Huskystuff, Alt St.Johann

Campleitung
Marinella Pezzoli, 076 472 99 35

Campkosten
CHF 730.– PluSport-Mitglieder
CHF 780.– Andere

Anmeldeschluss
7. Juli 2025

042 Teilnehmende: 16 bis 70 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + PB

Herbstwandern in Davos
→ 13. bis 20. September 2025

Immer wieder schön den Herbst in den Bergen zu geniessen. Davos bietet uns dafür ganz viele Möglichkeiten. Sodass wir bei jedem Wetter ein tolles Programm erleben können.

Unsere Leistungen
+ Sport: Wandern
+ Hotelunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau: mit Erfahrung
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute Kondition und Bereitschaft, um täglich mehrere Stunden zu wandern

Unterkunft
Hotel Shima, Davos GR

Campleitung
Myriam Bucherer, myri.b@gmx.ch

Campkosten
CHF 700.– PluSport-Mitglieder
CHF 750.– Andere

Anmeldeschluss
13. Juli 2025

059 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 15 Personen



GB + LB

Es muss nicht immer Kanada sein
→ 14. bis 20. September 2025

Weitblick, bunte Herbstwälder, Pferdegetrampel, Duft nach Lagerfeuer, unvergessliche Glücksmomente auf dem Rücken der Pferde und vieles mehr … das macht das Camp in San Jon, ein Reiterhof mit Saloon, zu einem unvergesslichen Erlebnis!

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten
+ Hotelunterkunft mit Zwei- oder Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Bereitschaft und Kondition um täglich bei jedem Wetter unterwegs zu sein
+ Körpergewicht max. 95 kg
+ Keine akute Epilepsie

Unterkunft
Reitstall & Saloon, San Jon GR

Campleitung
Brigitte Goldiger Wolf, 079 429 71 98, goldwolf@bluewin.ch

Campkosten
CHF 900.– PluSport-Mitglieder
CHF 950.– Andere

Anmeldeschluss
14. Juli 2025



082 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen



SB

Bergwandern im Unterengadin
→ 14. bis 20. September 2025

Die landschaftliche Vielfalt des Unterengadins ist einmalig und bietet einzigartige Erlebnisse. Unsere Begleiter:innen führen dich sicher durch die malerische Bergwelt und beschreiben dir dabei alle Details, sodass du die Wanderungen in vollen Zügen geniessen kannst. So meistern wie hier einen Grat und entspannen uns dort im kühlen Bergbach. Auch eine Übernachtung in einer SAC-Hütte wird in Erwägung gezogen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Wandern
+ Unterkunft mit Doppelzimmern, Vollpension
+ Bergbahnen

Anforderungen
+ Niveau: Mit Erfahrung
+ Gute Kondition für tägliche mehrstündige Wanderungen

Unterkunft
Jugendherberge, Scuol GR

Campleitung
Thomas Schüle, 079 218 71 66

Campkosten
CHF 770.– PluSport-Mitglieder
CHF 820.– Andere

Anmeldeschluss
14. Juli 2025

017 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen



LB + KB + SB

Pferdefreunde aufgepasst!
→ 28. September bis 4. Oktober 2025

Le Noirmont liegt auf 971 m ü. M., mitten im Herzen der Freiberge. In kleinen Gruppen, aufgeteilt nach den individuellen Reitkenntnissen, erkunden wir jeden Tag die schöne Umgebung. Vorbei geht es an Pferdeherden, kleinen Teichen und den grossen Wettertannen. Wir übernachten in der gemütlichen Auberge du Peu-Péquignot.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten
+ Hotelunterkunft mit Doppelzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Niveau: Fortgeschrittene
+ Sicheres Reiten im Gelände
+ Selbstständiges Kontrollieren des Pferdes
+ Aufsteigen aufs Pferd über Treppe möglich
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Körpergewicht max. 90 kg

Unterkunft
Auberge du Peu-Péquignot, Le Noirmont JU

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossrueti@bluewin.ch

Campkosten
CHF 1100.– PluSport-Mitglieder
CHF 1150.– Andere

Anmeldeschluss
28. Juli 2025

068 Teilnehmende: 18 bis 70 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB

Klettercamp in Arcegno
→ 28. September bis 4. Oktober 2025

Arcegno ist eines der bekanntesten Klettergebiete im Tessin. Um unsere Unterkunft hat es diverse Klettermöglichkeiten. Vom Bouldern über das Sportklettern im Klettergarten bis hin zu Mehrseillängenrouten bietet die Region alles und in fast jedem Schwierigkeitsgrad. Neben dem Klettern bleibt genügend Zeit zum Spielen, zusammen Kochen und gemütlich Zusammensein.

Unsere Leistungen
+ Sport: Klettern
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Ausgebildeter Bergführer IVBV als technischer Leiter
+ Kletterausrüstung (Kletterfinken, Klettergurt, Karabiner, Helm) kann ausgeliehen werden

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand

Unterkunft
Campo Enrico Pestalozzi, Arcegno TI

Campleitung
Anja Müller, 079 763 13 27

Campkosten
CHF 820.– PluSport-Mitglieder
CHF 870.– Andere

Anmeldeschluss
28. Juli 2025

074 Teilnehmende: 18 bis 70 Jahre
max. 20 Personen



GB + LB + KB + SB + NB

Karate, Qi Gong und Selbstverteidigung
→ 29. September bis 4. Oktober 2025

Wolltest du schon lange einmal die Kampfkunst Karate kennenlernen oder deine Kenntnisse vertiefen? In dieser Woche wirst du dazu Gelegenheit haben und gleichzeitig einen Einblick ins Qi Gong, und in die Selbstverteidigung erhalten. Auf dich warten nicht nur ein sportliches Programm, sondern auch Spass, Genuss, vielleicht neue Freunde und ein lässiges Leiterteam.

Unsere Leistungen
+ Sport: Karate, Qi Gong, Selbstverteidigung, Klettern, Schwimmen
+ Unterkunft im Sportzentrum mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus

Unterkunft
lintharena, Näfels GL

Campleitung
Andy Keller, kelaendi@gmail.com

Campkosten
CHF 650.– PluSport-Mitglieder
CHF 700.– Andere

Anmeldeschluss
29. Juli 2025

018 Teilnehmende: 10 bis 20 Jahre
max. 12 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB + NB

Reiten durch den bunten Herbst
→ 5. bis 11. Oktober 2025

Rund 15 Vierbeiner warten darauf, von uns gepflegt und geritten zu werden. Wir reiten auf dem Gelände und auf dem Reitplatz, und übernachten im gemütlichen Ferienhaus Rechberg, wo viele In- und Outdoor-Aktivitäten möglich sind.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten, Polysport
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Körpergewicht max. 75 kg

Unterkunft
Ferienhaus Rechberg, Wald AR

Campleitung
offen
Kontakt im Voraus: sportcamps@plusport.ch oder 044 908 45 30

Campkosten
CHF 690.– PluSport-Mitglieder
CHF 740.– Andere

Anmeldeschluss
5. August 2025

063 Teilnehmende: 12 bis 20 Jahre
max. 8 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

Herbstkletterwoche im Tessin
→ 6. bis 11. Oktober 2025

Wir klettern in Klettergebieten rund um Ponte Brolla. Klettern, Bouldern, Abseilen und andere Aktivitäten für alle, die das Klettern erlernen wollen oder die schon vom «Klettervirus» angesteckt sind.

Unsere Leistungen
+ Sport: Klettern
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmer
+ Vollpension
+ Miete Kletterausrüstung in Absprache mit Campleitung
+ 1:1-Begleitung durch fachkundige Bergsteiger:innen
+ Ausgebildeter Bergführer als technischer Leiter

Anforderungen
+ Alle Niveaus (gute Fussgänger:innen)
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Teilnahme am Klettertag von alpinisme & handicap erwüscht (nur bei Erstanmeldung).
  Daten siehe www.alpinisme-handicap.ch

Unterkunft
Campo Enrico Pestalozzi, Arcegno TI

Campleitung
Louie Ulrich, 079 780 65 72, info@alpinisme-handicap.ch

Campkosten
CHF 450.– Einheitspreis für alle

Anmeldeschluss
6. September 2025

Dieses Sportcamp wird von alpinisme & handicap organisiert und durchgeführt. PluSport unterstützt dieses Projekt und beteiligt sich an den Kosten.

alpinisme & handicap

Bist Du zwischen 12 und 20 Jahre alt?
Abenteuerlustig?
Begeistert vom Klettersport?
Oder möchtest ihn kennenlernen?

Dann komm mit uns klettern –
einen Tag oder eine ganze Woche!

INDOORKLETTERN, BOULDERN, ABSEILEN

Sonntag, 23. März 2025
Mit Lea Käsermann und Laura Bomio
CHF 60.00
Anmeldung bis 9. März 2025

KLETTERN, BOULDERN, ABSEILEN

Sonntag, 25. Mai 2025
Mit Salome Hanhart und Laura Bomio
CHF 60.00
Anmeldung bis 11. Mai 2025

KLETTERN, BOULDERN, ABENTEUER

Sonntag, 7. September 2025
Mit Roger Rüegg und Laura Bomio
CHF 60.00
Anmeldung bis 24. August 2025

Detailinfos und Anmeldeformular:
alpinisme-handicap.ch

In Kooperation mit PluSport
Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzero

035 Teilnehmende: 16 bis 30 Jahre
max. 25 Personen / Rollstuhlplätze beschränkt



GB + LB + KB + SB

Sportmix isch fix
→ 12. bis 18. Oktober 2025

In dieser Woche werden wir im wunderschönen herbstlichen Fiesch polysportiv unterwegs sein. Den Tag starten wir mit einer der drei angebotenen Hauptsportarten: Klettern, Polysport und Tanzen. Nach der gemütlichen Siesta geht es weiter mit Wanderungen, Ausflügen oder anderen tollen Sachen. Langweilig wird es uns nie!

Unsere Leistungen
+ Sport: Ballsport, Tanzen, Klettern, Sportmix
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Selbstständigkeit im Alltag
+ Gute körperliche Verfassung, um kleine Wanderungen zu machen
+ keine 1:1-Betreuung möglich

Unterkunft
Sport Resort, Fiesch VS

Campleitung
Louise Pfeiffer, 079 905 17 00

Campkosten
CHF 600.– PluSport Mitglieder
CHF 650.– Andere

Anmeldeschluss
12. August 2025

066 Teilnehmende: 10 bis 20 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB + KB

Rambazamba Olympiade (Tagescamp)
→ 13. bis 17. Oktober 2025

Wolltest Du schon immer mal an einer Olympiade teilnehmen? Bist du voller Energie und offen, neue Sportarten auszuprobieren? Dann ist dieses Tagescamp genau das Richtige für Dich. Sei es in der Turnhalle, im Wald oder draussen auf dem Sportplatz: Für Spass und Bewegung wird durch das junge und aktive Leiter:innen-Team gesorgt. Sei dabei, wir freuen uns auf Dich!

Unsere Leistungen
+ Sport und Bewegungsprogramm von 9.00 bis 17.00 Uhr
+ Polysport in der Halle und draussen
+ Spaziergang und Spass im Wald
+ Mittagessen und Zwischenverpflegung
+ Kein Abhol- und Bringservice

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Gute körperliche Verfassung um Waldausflüge zu machen
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Selbstständigkeit im Alltag

Durchführungsort
Primarschule Braunau, TG

Campleitung
Nadine Keller, keller.nadi95@gmail.com

Campkosten
CHF 450.– PluSport-Mitglieder
CHF 500.– Andere

Anmeldeschluss
13. August 2025

087 Teilnehmende 20 bis 60 Jahre
max. 12 Personen



GB + LB + KB + SB + PB

Klettern im Tessin
→ 19. bis 25. Oktober 2025

Gemeinsam geniessen wir die Herbstsonne im Tessin. Tagsüber sind wir am Fels beim Bouldern, Sportklettern bis hin zu Mehrseillängentouren. Am Abend werden wir in unserer Gruppenunterkunft von unserem Küchenteam bekocht. Mit Spielen, spannenden Gesprächen und Spaziergängen im Wald lassen wir den Tag ausklingen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Klettern
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension
+ Ausgebildeter Bergführer IVBV als technischer Leiter

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Stabiler medizinischer Gesundheitszustand
+ Gute Fussgänger:innen

Unterkunft
Campo Enrico Pestalozzi, Arcegno TI

Campleitung
Lea Schneider, 079 884 73 47

Campkosten
CHF 820.– PluSport-Mitglieder
CHF 870.– Andere

Anmeldeschluss
19. August 2025

044 Teilnehmende: ab 18 Jahren
max. 12 Personen



GB + LB

Pferde erleben
→ 16. bis 22. November 2025

Langnau im Emmental hat vieles zu bieten! Und das wollen wir in diesem Reitlager gemeinsam zu Fuss oder auf dem Rücken der Pferde entdecken. Daneben interessiert uns auch alles rund um den Pferdealltag, damit wir unsere vierbeinigen Freunde besser kennen lernen.

Unsere Leistungen
+ Sport: Reiten
+ Gruppenunterkunft mit Mehrbettzimmern
+ Vollpension

Anforderungen
+ Alle Niveaus
+ Bereitschaft und Kondition, um täglich bei jedem Wetter unterwegs zu sein
+ Körpergewicht max. 85 kg

Unterkunft
Lagerhaus Schossrüti, Langnau i. E. BE

Campleitung
Katrin Tschirky, 034 402 63 37, schossruetii@bluewin.ch

Campkosten
CHF 860.– PluSport-Mitglieder
CHF 910.– Andere

Anmeldeschluss
16. September 2025

Fördertrainings bei PluSport

Angefangen hat alles auf dem Pausenplatz der Grundschule. Leon Schüep spielte mit seinen Freunden in der Pause regelmässig Tischtennis. Während seine Kumpels den Schläger in einer Hand hielten und den kleinen weissen Ball schlugen, hatte Leon ihn zwischen beiden Händen eingeklemmt. Er wurde mit einer so genannten angeborenen Amputation aller vier Extremitäten geboren. «An den Händen fehlen mir mehrere Finger und die Fingerknöchel. Mein linkes Bein endet unterhalb des Knies und am rechten Bein fehlt der Fuss», beschreibt er seine Behinderung.

Trotz dieser Einschränkungen ist Leon Schüep ein begeisterter Sportler bei PluSport, spielt Schlagzeug und zeichnet für sein Leben gern. Seine Matura wird er mit dem Schwerpunktfach «Bildnerisches Gestalten» abschliessen. «Ich spiele in meiner Freizeit auch Badminton, Volleyball und Basketball und bin früher viel geschwommen», erzählt er, «Schwimmen wurde mir irgendwann zu eintönig. Beim Tischtennis hat man ein klares Ziel vor Augen. Man muss Punkte machen, um das Spiel zu gewinnen.

Seit sechs Jahren spielt er Tischtennis beim TTC Basel. Dank einer mit dem 3D-Drucker massgeschneiderten Halterung kann er den Schläger halten. Bis im Sommer wird ihm zudem eine Sportprothese angepasst. «Mit der Alltagsprothese stosse ich bei der Beweglichkeit schnell an gewisse Grenzen», erklärt er. Er ist als C-Spieler eingestuft – die Klassen reichen von A bis E – und spielt in der ganzen Schweiz Turniere gegen nichtbehinderte Spieler. «Zusätzlich gibt es noch eine spezielle Para-Klassifizierung, die sich an den Einschränkungen der Spieler orientiert.» Dank dieser Klassierung bestritt Leon Schüep im März 2024 an den Para Open in Lignano (ITA) erstmals Spiele mit der Schweizer Para-Nationalmannschaft.

Weitere Sportangebote und Trainings

www.plusport.ch/foerdertrainings





Teilnehmende: Kinder, Jugendliche und Erwachsene

d f



KB + SB

Ski Alpin-Trainings
→ Dezember 2024 bis März 2025

Du fährst gerne Ski und willst mit einer Gruppe Gleichgesinnter die Pisten geniessen? Du feilst an deiner Skitechnik und möchtest von einem motivierten Team unterstützt werden? Du hast Lust darauf, Rennluft zu schnuppern? Dann bist du bei uns richtig! Trainiert wird samstags oder sonntags, teilweise auch das ganze Wochenende.

Unsere Leistungen
+ Sport: Ski alpin
+ Professionelle Trainings inkl. Skiabonnement

Nicht inbegriffen
+ Individuelle An- und Abreise, Verpflegung, Skiausrüstung

Anforderungen
+ Selbstständiges Fahren
+ Regelmässige Teilnahme
+ Teilnahme am Swiss Disabled Cup erwünscht

Trainingsorte
Stützpunkt Ost: Region Toggenburg, Wildhaus
Stützpunkt Zentral: Sörenberg
Stützpunkt West: Nendaz, Veysonnaz

Kursleitung
Ost: Billie Stump; Zentral: Pascal Achermann
West: Marina Praz-Wicki

Kurskosten
Kurskosten auf der Webseite ersichtlich.
Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Schweiz oder Mitglied in einem PluSport-Club erforderlich.

Informationen & Anmeldung
www.plusport.ch/ski-trainings

Teilnehmende: Jugendliche und Erwachsene

d f



KB + SB

Radsport-Trainings
→ Januar bis Dezember 2025

Du bist gerne auf dem Rad unterwegs, willst dich verbessern und mit einer Gruppe Gleichgesinnter deine Technik verfeinern? Dann bist du bei uns richtig! Bei regelmässigen Trainings im Velodrome und auf der Strasse unterstützt dich ein motiviertes Team und ausgebildete Trainer:innen

Unsere Leistungen
+ Sport: Rennrad, Dreirad, Tandem
+ Professionell geleitete Trainings
+ Unterstützung bei der Suche nach Tandempiloten/innen

Nicht Inbegriffen
+ Individuelle An- und Abreise, Verpflegung
+ Miete für Bahnfahrrad / Material

Anforderungen
+ Selbstständiges Fahren
+ Sportlich aktiv

Trainingsort
Winter: Bahntraining im Tissot Velodrome in Grenchen
Sommer: Strassentrainings nach Ankündigung

Kursleitung & Auskunft
Daniel Hirs, hirs@plusport.ch, 076 421 76 87

Kurskosten
Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Schweiz
oder Mitglied in einem PluSport-Club erforderlich.

Informationen & Anmeldung
www.plusport.ch/radsport-trainings

Teilnehmende: Kinder, Jugendliche und Erwachsene

d f



KB + SB

Schwimm-Trainings
→ Januar bis Dezember 2025

Du möchtest mit Gleichgesinnten Sport treiben und von einem motivierten Team unterstützt werden? Du kannst dir sogar vorstellen, vielleicht einmal an einem Schwimmwettkampf teilzunehmen und dich mit anderen zu messen? Dann bist du bei uns richtig.

Unsere Leistungen
+ Sport: Schwimmen
+ Professionell geleitete Trainings

Nicht inbegriffen
+ Individuelle An- und Abreise, Verpflegung

Anforderungen
+ Schwimm-Kenntnisse

Trainingsorte
Bern: Therapiebad Stiftung Rossfeld
Uster: Hallenbad Buchholz

Kursleitung & Auskunft
Bern: Amin Jaza, 079 488 97 53, amin.jaza@gmail.com
Uster: PluSport Spitzensport, spitzensport@plusport.ch

Kurskosten
Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Schweiz oder Mitglied in einem PluSport-Club erforderlich. Uster: Zusätzlich Hallenbadeintritt.

Informationen & Anmeldung
www.plusport.ch/schwimm-trainings

Teilnehmende: Kinder, Jugendliche und Erwachsene

d f



KB + SB

Leichtathletik-Trainings
→ Januar bis Dezember 2025

Du läufst, sprintest und wirfst gerne? Du willst dich verbessern und möchtest von einem motivierten Team unterstützt werden? Du hast Lust dich mit anderen zu messen? Dann suchen wir dich! PluSport organisiert zudem regelmässig Schnuppertrainings für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einer Körper- oder Sehbehinderung.

Unsere Leistungen
+ Sport: Leichtathletik: Sprint, Mittel- bis Langstrecke, Weitsprung, Speerwurf, Kugelstossen
+ Professionell geleitete Trainings

Nicht inbegriffen
+ Individuelle An- und Abreise, Verpflegung

Anforderungen
+ Alle Niveaus, auch für Anfänger:innen geeignet
+ Sportlich aktiv

Trainingsorte
Verschiedene Orte

Kursleitung & Auskunft
PluSport Spitzensport, spitzensport@plusport.ch

Kurskosten
Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Schweiz oder Mitglied in einem PluSport-Club erforderlich.

Informationen & Anmeldung
www.plusport.ch/leichtathletik-trainings

Teilnehmende: Erwachsene



SB

Fördertraining Blindenfussball
→ Januar bis Dezember 2025

Five-a-side Fussball ist eine Sportart für Menschen mit einer Sehbehinderung. Sie wird mit einem Rasselball gespielt, woran sich die Sportler:innen orientieren können. Hast du Lust, diese spannende Team-Sportart auszuüben? Dann suchen wir dich! In den wöchentlichen Trainings wirst du von ausgebildeten Trainer:innen unterstützt, damit du deine Technik verfeinern und Matcherfahrung sammeln kannst.

Unsere Leistungen
+ Sport: Blindenfussball
+ Professionell geleitetes Training

Nicht inbegriffen
+ Individuelle An-/Abreise, Verpflegung

Anforderungen
+ Sehbehinderung oder blind
+ Sportlich aktiv

Trainingsort
Montag Abend in Magglingen
Freitag Abend in Baar

Kursleitung & Auskunft
Angelo DiMicco, 079 337 26 19, angelo.dimicco@bluewin.ch

Kurskosten
Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Schweiz erforderlich.

Informationen & Anmeldung
laufend, bei der Kursleitung
www.plusport.ch/blindenfussball

Klettern
Der Schweizer Alpen-Club SAC und PluSport sind gemeinsam für mehr Inklusion im Bergsport unterwegs. Paraclimbing eignet sich für Menschen mit Körper- oder Sehbehinderung.
Melde dich jetzt für ein unverbindliches Schnuppertraining:
Nationaltrainer Para-Climbing
Michael Bühler, Michael.Buehler@sac-cas.ch



Golf
Gemeinsam mit Swiss Golf wird das Para-Golf in der Schweiz gefördert. www.plusport.ch/foerdertrainings
Projektleiter Para-Golf: Rüdiger Böhm, boehm@plusport.ch



Badminton
Entdecke die Faszination von Badminton im Parasport. Professionelles Training, Spass und neue Herausforderungen warten auf dich. www.plusport.ch/foerdertrainings
PluSport Spitzensport, spitzensport@plusport.ch



Individual-Mitgliedschaft bei PluSport

Möchten Sie von den **günstigeren Campkosten** in unseren Sportcamps profitieren und durch unsere Verbandszeitschrift über News & Aktuelles informiert werden? Dann empfehlen wir Ihnen eine Mitgliedschaft bei PluSport Behindertensport Schweiz.

WICHTIG

Sind Sie Mitglied in einem unserer **regionalen PluSport-Sportclubs?**
Dann sind Sie **automatisch Mitglied von PluSport Behindertensport Schweiz** und benötigen **keine** zusätzliche Individual-Mitgliedschaft.

Vorgehen bei Neueintritt zur Individual-Mitgliedschaft 2025

1. Für einen Neueintritt müssen Sie ein Beitrittsgesuch ausfüllen. Bitte fordern Sie das Beitrittsgesuchs-Formular über mailbox@plusport.ch oder 044 908 45 00 an.
2. Sie überweisen den **Jahresbeitrag von CHF 60.–** mit dem angefügten Einzahlungsschein.
3. Nach erfolgter Zahlung gilt die Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Behindertensport Schweiz für das Kalenderjahr 2025 (Januar bis Dezember).

Vorgehen bei Erneuerung der Individual-Mitgliedschaft für 2025

1. Sie überweisen den Jahresbeitrag von CHF 60.– mit dem angefügten Einzahlungsschein.
2. Nach erfolgter Zahlung gilt die Individual-Mitgliedschaft bei PluSport Behindertensport Schweiz für das Kalenderjahr 2025 (Januar bis Dezember).

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH93 0900 0000 8000 0897 9
PluSport Behindertensport Schweiz
Sportcamps
8604 Volketswil

Zahlbar durch (Name/Adresse)

Währung CHF **Betrag** 60.00

Annahmestelle

Zahlteil

Währung CHF **Betrag** 60.00

Konto / Zahlbar an
CH93 0900 0000 8000 0897 9
PluSport Behindertensport Schweiz
Sportcamps
8604 Volketswil

Zusätzliche Informationen
Individual-Mitgliedschaft 2025

Zahlbar durch (Name/Adresse)

NEU
Elektronisch buchen auf www.plusport.ch

Ich melde mich für folgende Sportcamps im 2025 an

Nr.: Ort: Datum:

Nr.: Ort: Datum:

Nr.: Ort: Datum:

Alle vier Seiten des Anmeldeformulars sind wahrheitsgetreu in Druckschrift auszufüllen und zu unterzeichnen. Unvollständig ausgefüllte oder nicht unterzeichnete Anmeldungen können nicht berücksichtigt werden.

Personalien

Geschlecht: ☐ weiblich ☐ männlich

Name: Vorname:

Strasse: PLZ / Ort:

Wohnsituation: ☐ alleine ☐ Familie ☐ Institution

Geburtsdatum:

Tel. P: Mobile: Tel. Institution:

Tel. G: E-Mail für Dokumentenversand:

Name der Betreuungsperson und / oder Institution:

Korrespondenzadresse:

Rechnungsadresse:

Notfallkontakte:

Kontaktpersonen, die während des Camps erreichbar sind und die teilnehmende Person im Notfall abholen (obligatorisch):

1.) Name: Vorname: Tel.-Nr.:

Adresse:

Beziehung zur teilnehmenden Person (Eltern, Geschwister, Beistand etc.):

2.) Name: Vorname: Tel.-Nr.:

Adresse:

Beziehung zur teilnehmenden Person (Eltern, Geschwister, Beistand etc.):

Krankenkasse: Versicherungsnummer:

Unfallversicherung: Versicherungsnummer:

Arzt / Ärztin: Tel.-Nr.:

Behinderungsart

☐ **ohne Behinderung**

Geistige Behinderung	☐ leicht	☐ mittel	☐ schwer	☐ Trisomie 21
Lernbehinderung	☐ Details:			
Autismus	☐ leicht	☐ mittel	☐ schwer	
Psychische Behinderung	☐ Details:			
Körperbehinderung	☐ CP	☐ Hemiplegie	☐ Diplegie	☐ Spastik
	☐ Spina Bifida	☐ Lähmung	☐ Tetraplegie	☐ Paraplegie

	☐ Amputation, wo:	☐ Polio	☐ im Rollstuhl
	☐ im E-Rollstuhl	☐ Ich nehme den E-Rollstuhl mit ins Camp	
Hörbehinderung	☐ gehörlos	☐ Hörrest	☐ Hörgerät
	→ mögliche Verständigungsform:		
Sehbehinderung	☐ blind		
	☐ geringer Sehrest	→ Art der Sehbehinderung:	
	→ Hilfsmittel im Camp:	☐ Hund	☐ Stock
	→ Kommunikation:	☐ Braille	☐ Kurzschrift ☐ Vollschrift
		☐ Schwarzschrift	☐ E-Mail
Andere			

Kommunikation

	☐ schwere Verständlichkeit	☐ unverständlich	☐ stumm
	☐ Hilfsmittel zur Kommunikation (bitte angeben):		
	Verstehen Sie verbale Informationen?	☐ ja	☐ nein

Krankheiten / Störungen

Letzte Starrkrampfimpfung (Tetanus)	→ Datum:	
☐ Epilepsie → letzter Anfall:	→ Symptome vor / bei Anfall:	
☐ Diabetes	☐ Typ I (Insulinspritze)	☐ Typ II (Medikamente)
☐ Herzfehler	→ Details:	
☐ ADS / ADHS	→ Details:	
☐ Wahrnehmungsstörung	→ Details:	
☐ Allergie	→ Details:	
☐ Asthma	→ Details:	
☐ sonstige Krankheiten / Störungen	→ Details:	

Medikamente (inkl. Naturheilmittel) per Anmeldedatum

☐ keine Medikamente	☐ regelmässige Einnahme von Medikamenten
☐ Abgabe / Kontrolle durch LeiterIn	☐ selbstständige Einnahme / Anwendung / Unten aufführen

Name des Medikamentes / Notfallmedikation (welcher Zweck?) Bitte auflisten

Der/die Teilnehmer:in / gesetzliche Vertreter:in trägt die Verantwortung, dass die Medikamentenabgabe vor Ort durch Laien erfolgen kann.

Mit den Campunterlagen erhalten die Teilnehmenden ein Formular «Medikamenten-Liste», welches ausgefüllt mit den aktuellsten Angaben (Medikamente, Dosierung, Abgabezeitpunkt, Ersatzmedikamente, wichtige Hinweise des Arztes, Verhalten in Notfällen etc.) zwingend ins Camp mitgebracht werden muss.

Relevante Informationen bzgl. Gesundheitszustand, Medikation und Betreuung, welche sich bis zum Zeitpunkt des Camps ändern, sind PluSport bis spätestens zwei Wochen vor Camp-Beginn mitzuteilen.

Unterstützungsbedarf während des Camps				Bemerkungen / Art der Hilfestellung
Essen	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	
Mobilität im Haus	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	
Mobilität im Freien	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	
An- / Auskleiden	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	
Duschen	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	
Duschstuhl	☐ ja	☐ nein	☐ nehme ich selber mit	
Waschen / Zähneputzen	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	
WC / Inkontinenz	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	
Nachts / Schlafen	☐ ja	☐ nein	☐ teilweise	

Weitere wichtige Infos für Sportprogramm, Rahmenprogramm, Betreuung:

Was kann Verhaltensauffälligkeiten auslösen (z. B. Angstzustände, Aggressivität, Tätlichkeiten, Selbstverletzungen)?
Bitte genau vermerken:

Was benötigen Sie in Krisensituationen, um sich wohl zu fühlen und wie können Sie sich beruhigen
(z. B. Gegenstand, Beschäftigung, Musik etc.)?

Allgemeine Fragen (Angaben obligatorisch)

Körpergrösse: Körpergewicht:

T-Shirt-Grösse: ☐ XS ☐ S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐ XXL ☐ kein T-Shirt

Bei Etagenbetten: Können Sie oben schlafen? ☐ ja ☐ nein

Dürfen Sie Alkohol trinken? ☐ ja ☐ nein

Rauchen Sie? ☐ ja ☐ nein

☐ Vegetarier ☐ Spezielle Ernährung / Diät → Details:

Können Sie ohne Hilfsmittel schwimmen? ☐ ja ☐ nein Dürfen Sie tauchen? ☐ ja ☐ nein

Welche Tätigkeiten dürfen Sie nicht ausüben:

Niveau in der campspezifischen Sportart
(bei mehreren Sportangeboten oder Campanmeldungen bitte jeweilige Sportart angeben):

☐ Fortgeschritten ☐ Grundkenntnisse ☐ Anfänger:in

Sportmaterial bei entsprechenden Camps/Bestellung

Ski alpin	☐ Eigene Ausrüstung	☐ Ski Alpin stehend (vor Ort Skimiete; falls gem. Ausschreibung möglich)
	☐ Dualski (geführt, CHF 100.– / Woche)	☐ Monoski (selbständig, CHF 100.– / Woche)
Ski nordisch	☐ Eigene Ausrüstung stehend	☐ Langlauf stehend (vor Ort Skimiete; falls gem. Ausschreibung möglich)
	☐ Eigene Ausrüstung sitzend	☐ Langlaufschlitten von PluSport (CHF 100.– / Woche)
Tandem	☐ Eigenes Tandem	☐ Miete Tandem von PluSport (CHF 200.– / CHF 150.– PS-Mitglied pro Woche)

Angaben zu Wintercamps

In Winter-Camps mit mehreren Sportarten bitte ankreuzen, welche Sportart(en) Sie ausüben möchten:

☐ Ski alpin ☐ Snowboard ☐ Schneeschuhlaufen ☐ Langlaufen Skaten ☐ Langlaufen klassisch ☐ Winterwandern

An- / Rückreise & Ausweise

Welchen Ausweis und / oder welches Abo nehmen Sie mit ins Camp?

☐ Identitätskarte ☐ Begleitabo auf Swisspass ☐ General-Abo ☐ Halbtax-Abo

Für die Anreise zur Unterkunft des Sportcamps sowie die Rückreise sind Eltern / Betreuungsperson / Beistand der Teilnehmenden verantwortlich. Bei Mündigkeit der Teilnehmenden liegt die An- und Rückreise in der eigenen Verantwortung.

Mitgliedschaften

☐ PluSport Sportclub ☐ Sportgruppe Procap (Bestätigung beilegen) ☐ PluSport-Individualmitglied 2025*

*Die PluSport-Individualmitgliedschaft (CHF 60.– / Jahr) ist **spätestens** per Anmeldeschluss des Camps zu begleichen.
Ein Einzahlungsschein ist in der Mitte eingeheftet. Nachträgliche Einzahlungen können nicht mehr berücksichtigt werden.

Wie sind Sie auf PluSport aufmerksam geworden?

Fotos

Fotos / Videos von PluSport-Camps werden für Publikationen von PluSport und seinen Partnern verwendet (Zeitschriften, Sponsorenbriefe, Website, Soziale Medien wie Facebook usw.). Ich bin mit der Veröffentlichung von Fotos / Videos, bei denen ich abgebildet bin, einverstanden:

☐ Ja ☐ Nein

Annullationskostenversicherung (bitte beachten Sie die neuen Annullationsbedingungen auf Seite 77 im Sportcamps Katalog)

Ich wünsche den Abschluss einer Annullationskostenversicherung gemäss den Bedingungen auf der Katalogseite 77.

☐ Ja ☐ Nein ☐ Jahresversicherung CHF 195.–

Das Anmeldeformular wurde wahrheitsgetreu und vollständig ausgefüllt und ist verbindlich. Mit der Unterschrift wird bestätigt, dass die Anforderungen für das jeweilige Camp erfüllt werden und die Allgemeinen Bedingungen im Campprogramm auf Seite 77 zur Kenntnis genommen wurden. Mit meiner Anmeldung nehme ich zur Kenntnis, dass die Einteilung der Leitenden / Begleitenden durch die Hauptleitung erfolgt.

Wird vor oder bei Campbeginn festgestellt, dass wichtige, camprelevante Angaben nicht mitgeteilt worden sind, behält sich PluSport das Recht vor, Teilnehmende nach Hause zu schicken. Es werden keine Kosten rückerstattet.

Ort und Datum:

Unterschriften

Teilnehmer:in:

Gesetzl. Vertreter:in:

Name in Druckschrift:

Innert 14 Tagen nach Anmeldung wird eine Campbestätigung verschickt.
Nach Versand des neuen Kataloges (ca. Mitte September) kann es zu Verzögerungen kommen.

Bitte einsenden an:

PluSport Behindertensport Schweiz, Sportcamps, Chriesbaumstrasse 6, 8604 Volketswil
E-Mail: sportcamps@plusport.ch

Allgemeine Bedingungen

Anmeldung



Die schriftliche Anmeldung hat bis spätestens per Anmeldeschluss gemäss Ausschreibung im Campkatalog «Sportcamps 2025» an PluSport Volketswil zu erfolgen (Adresse siehe Anmeldeformular) und ist ab Eingangsdatum rechtsverbindlich. Die Anzahl der Teilnehmenden ist in allen Sportcamps beschränkt. Die Anmeldungen werden nach deren Eingang berücksichtigt. Das Anmeldeformular muss **vollständig und wahrheitsgetreu** ausgefüllt werden und alle für den Sportcamp-Aufenthalt und die Betreuung relevanten Angaben enthalten. **Wird vor oder bei Campbeginn festgestellt, dass wichtige, camprelevante Angaben nicht mitgeteilt worden sind, behält sich PluSport das Recht vor, Teilnehmende nach Hause zu schicken. Es werden keine Kosten rückerstattet.**

Bitte beachten Sie, dass PluSport in seinen Camps keine Pflegefachpersonen garantieren kann. Die Teilnehmenden bzw. die gesetzliche Vertretung trägt die Verantwortung dafür, dass die Medikamentenabgabe vor Ort durch Laien erfolgen kann. Abzugebende Medikamente müssen folgedessen vorbereitet (Medikamentendose), wichtige Informationen/Besonderheiten für Notfälle oder Ersatzmedikamente (nötigenfalls Notfallmedikamente) beigefügt sein und ins Camp mitgebracht werden. Für Folgen falscher oder unvollständiger Angaben übernimmt PluSport keine Verantwortung.
PluSport behält sich vor, bei den Teilnehmenden oder deren Betreuungspersonen Auskünfte einzuholen und Anmeldungen gegebenenfalls zurückzuweisen. Innert 14 Tagen nach Anmeldung wird eine Anmeldebestätigung verschickt. Bei Rückfragen sind längere Fristen möglich.

Leistungen

Die Leistungen entsprechen dem aufgeführten Angebot auf Seite 8 und in der Campausschreibung. Die Hin-/Rückreise ist grundsätzlich Sache der Teilnehmenden und geht vollständig zu deren Lasten. Unterstützung bietet auf Wunsch das SBB Call Center Handicap, Telefon 0800 007 102.

Zusatzkosten Unterkünfte

Einzelzimmer können nur in Ausnahmefällen und auf Anfrage bei PluSport gebucht werden. Der Aufpreis geht zu Lasten des Teilnehmenden und muss direkt vor Ort bezahlt werden, wo nicht anders vermerkt. Allfällige Kosten, die von der Unterkunft für Hunde in Rechnung gestellt werden, sind vom Hundehalter direkt vor Ort zu begleichen.

Campkosten und Zahlungskonditionen

Die Campkosten (inkl. MwSt.) sind in der Ausschreibung ersichtlich. Die Rechnung wird 4 bis 6 Wochen vor Campbeginn zugestellt und ist innert 20 Tagen zu begleichen. Bei finanziellen Schwierigkeiten besteht die Möglichkeit, bei PluSport schriftlich um Kostenermässigung anzufragen.

Annullierung

Eine Annullation muss schriftlich erfolgen. Bei Rücktritt von der Buchung ab Eingang der Anmeldung werden folgende Kosten in Rechnung gestellt:
Bis 60 Tage vor Campbeginn: Bearbeitungsgebühr CHF 100.–
59–30 Tage vor Campbeginn: 30% der Campkosten
29–15 Tage vor Campbeginn: 50% der Campkosten
14–8 Tage vor Campbeginn: 70% der Campkosten
7–0 Tage vor Campbeginn und bei Nichterscheinen: 100% der Campkosten
Die Kosten verstehen sich immer inkl. MwSt. Ein Camp kann von PluSport mangels Teilnehmenden bis spätestens 20 Tage vor Campbeginn abgesagt werden. In diesem Fall werden bereits erfolgte Zahlungen unaufgefordert zurückerstattet.

Annullationskostenversicherung

Sie können bei PluSport eine Annullationskostenversicherung der Allianz Travel abschliessen. Die Prämie beträgt 4,5% der Campkosten.

Wenn Sie mehrere Camps pro Jahr besuchen, empfehlen wir den Abschluss einer Jahresversicherung (Kosten CHF 195.–).

Der/die Versicherungsnehmer:in kann den Vertrag innert einer Frist von 14 Tagen ab Antrag zum Abschluss der Versicherung (auf dem Sportcamps Anmeldeformular) durch eine schriftliche Mitteilung an PluSport widerrufen.

Die Jahresversicherung verlängert sich nach Ablauf der einjährigen Vertragsdauer stillschweigend jeweils um ein weiteres Jahr. Wird die Versicherung nicht mehr gewünscht, muss der/die Versicherungsnehmer:in den Vertrag schriftlich und unter Berücksichtigung einer Frist von drei Monaten bei der Allianz Travel kündigen.

Zusätzliche Versicherungen

Auch weitere Versicherungen sind Sache der Teilnehmenden (Krankenkasse, Unfall-, Diebstahl-, Haftpflichtversicherung).
Für Schäden lehnt PluSport jegliche Haftung ab.

Datenschutz

Informieren Sie sich betreffend Datenschutz auf unserer Website: www.plusport.ch/datenschutz

§§Geschäftsstelle
Chriesbaumstrasse 6
8604 Volketswil
T +41 (0)44 908 45 00

Antenne Romande
Avenue du Grey 38A
1004 Lausanne
T +41 (0)21 616 55 32

Gestaltung und Druck
Cavelti AG, Marken. Digital und gedruckt. 9201 Gossau
Gedruckt auf FSC-zertifiziertem Papier

Mise en page et impression
Cavelti AG, Marken. Digital und gedruckt. 9201 Gossau
imprimé sur papier FSC / Stampa su carta certificata FSC

Auflage
8000 Exemplare/erscheint jährlich

Édition
8000 exemplaires / paraît annuellement /

Herausgeber/éditeur
PluSport – Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse

MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
Papier issu de sources responsables
Carta da fonti gestite in maniera responsabile
FSC® C021085

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO



PluSport

Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera

Sportcamps 2025



Chers amis sportifs
Chers amis intéressés

Avec PluSport, vous vivez des activités sportives dans les plus belles régions de Suisse.
En 2025 également, nous pourrons vous proposer une offre de camps de sport attrayante et variée.

Nouveauté pour 2025:
5 week-ends de cours de ski alpin au cœur du domaine des 4 Vallées tout au long de la saison d'hiver, du vendredi soir au dimanche.

Que vous soyez débutant ou avancé, notre offre s'adresse à tous ceux qui souhaitent partager leur amour du sport et acquérir de nouvelles compétences. Une inoubliable expérience de vie en camp garantie!

Nous nous réjouissons de vous accompagner dans votre séjour sportif et de vous faire vivre des moments mémorables.

Il est toujours possible de faire une demande de réduction de prix en cas de difficultés financières.

La durabilité est importante pour nous. C'est pourquoi nous envoyons désormais les documents du camp par e-mail.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir à feuilleter le nouveau catalogue des camps sportifs.

Salutations sportives
L'équipe des camps sportifs

«Nous remercions les personnes, les organisations et les entreprises pour le soutien qu'elles apportent, d'une façon ou d'une autre, aux hôtes de nos camps sportifs.»

«Un grand merci aussi aux personnes qui ont mis leurs photos à disposition pour ce nouveau programme.»



L'équipe Sportcamps, de gauche:
Nicolas Mani, Responsable Antenne romande, Lausanne
Anne Mégroz Jobin, Administration et Organisation Antenne romande, Lausanne

Contact
T 021 616 55 32
antenne@plusport.ch

Restez informé
PluSport communique fréquemment sur différents canaux: Plusport.ch, Newsletter, PluSport App
Suivez et partagez nos messages sur les Social Media

Campi sportivi per partecipanti di lingua italiana



105 Settimana bianca ad Airolo

Settimana bianca all'insegna del gioco e del divertimento durante la pratica dello sci in una regione sciistica particolarmente adatta per bambini e ragazzi.
Dati: 2 – 8 marzo 2025
Partecipanti: dai 10 ai 17 anni



010 Calcio Coppa Svizzera a Kreuzlingen

Quest'anno giocheremo per la coppa Svizzera! Scegli la tua squadra preferita, allena ti e qualificati per l'Eurolega. Prepararti per la finale dell'ultimo giorno. Chi vincerà la coppa?
Dati: 14 – 21 giugno 2025
Partecipanti: da 18 anni

Ulteriori informazioni sono disponibili qui

***Inclusione andicap Ticino* è partner di PluSport. Il suo programma sportivo è ampio e adatto a tutte le fasce d'età.**

I gruppi sportivi affiliati organizzano una serie di attività sportive e ricreative.

gruppi sportivi affiliati a

inclusione andicap ticino

gsib gruppo sportivo integrato del bellinzonese
www.gsib-bellinzonese.ch

GRUPPO SPORTIVO SOCIETÀ SILENZIOSA TICINESE DEI SORDI LUGANO

SOCIETÀ INVALIDI SPORTIVI del LOCARNESE
www.sisl-locarno.ch

GSITV GRUPPO SPORT INCLUSIVO TRE VALLI
www.gsitv.ch

Sport Is Life SIL – LUGANO
www.sillugano.ch

SPORT INSIEME MENDRISIOTTO
www.sportinsieme.ch

GP Ticino
www.gpticino.ch

Siete interessati? Troverete tutte le informazioni qui

Week-ends de cours de ski alpin

Date	Lieu		Nº	Sport	Handicap	Page
Déc. 24–Mars 25	Veysonnaz, Siviez VS	E/J	156	Ski alpin	HP	9

Aperçu des camps d'hiver 2025

Date	Lieu		Nº	Sport	Handicap	Page
19.01.–25.01.25	Leysin VD	A	139	Ski alpin, snowboard	HM TA HP HY HS	11
17.02.–22.02.25	Vaumarcus NE	E/J/A	145	Danse et écoute corporelle	HM TA HP HS HY SH	11
09.03.–14.03.25	Champéry VS	J/A	124	Ski assis	HP HM	12

Aperçu des camps d'été 2025

Date	Lieu		Nº	Sport	Handicap	Page
21.04.–26.04.25	Lausanne VD	J/A	076	Arts du cirque	HM TA HP HS HY SH	14
29.05.–01.06.25	Leysin VD	J/A	004	Multisport – inclusif!	HM TA HP HS HY SH	14
30.06.–04.07.25	Lausanne VD	E/J	040	Football – inclusif	HM HP	15
06.07.–12.07.25	Saignelégier JU	A	053	Tandem	HS	15
09.07.–12.07.25	Couvet NE	J/A	093	Karaté, Qi Gong	HM TA HP HS HY	16
13.07.–18.07.25	Prangins VD	J/A	065	Voile	HM TA HP HS HY SH	16
20.07.–25.07.25	Vaumarcus NE	E/J/A	064	Voile	HM TA HP HS HY SH	17
20.07.–26.07.25	Gruyères/Moléson FR	J/A	069	Activités équestres	HM TA HP HY SH	17
27.07.–02.08.25	Crans-Montana VS	J/A	046	Escalade, randonnée	HM TA HP SH	18
03.08.–09.08.25	Champéry, VS	E/J/A	043	Pratique de Rafroball	HM TA HP HS HY SH	18
13.10.–17.10.25	Ovronnaz VS	J/A	013	Randonnée, escalade, cimgo	HM TA HP HS HY	19
20.10.–25.10.25	Couvet NE	J/A	006	Jeux aquatiques et multisport	HM TA HP HS HY SH	19

Entraînement des ambitieux

Date	Lieu		Nº	Sport	Handicap	Page
Déc. 24–Mars 25	Lieux divers	E/J/A		Entraînements ski alpin	HP HS	22
Jan. 25–Mars 25	Berne, Uster	E/J/A		Entraînements de natation	HP HS	22
Jan. 25–Déc. 25	Lieux divers	E/J/A		Entraînements de cyclisme	HP HS	23
Jan. 25–Déc. 25	Lieux divers	J/A		Entraînements d'athlétisme	HP HS	23
Jan. 25–Déc. 25	Macolin, Baar	E/J/A		Cécifoot	HS	24
Jan. 25–Déc. 25	Lieux divers	E/J/A		Escalade, Golf, Badminton	HP HS	24

Légende

HM = handicap mental
TA = troubles d'apprentissage
HP = handicap physique
HS = handicap sensoriel
HY = handicap psychique
SH = sans handicap
HM&HP = handicap mental et physique

E = enfants jusqu'à 11 ans
J = jeunes 12–17 ans
A = adultes à partir de 18 ans
40+ = adultes à partir de 40 ans
50+ = adultes à partir de 50 ans

Les futurs participants aux camps sportifs atteints d'autisme, d'épilepsie, de handicaps cérébraux moteurs, etc. doivent, en fonction du degré du handicap et de leurs aptitudes, être intégrés à l'un des groupes cibles existants (HM/TA/HP/HS/HY). En cas de doute concernant l'attribution du groupe ou le choix du camp, n'hésitez pas à nous contacter, beaucoup d'arrangements sont possibles.

Explications


Aquafit
aquafit
acquagym


Ballsport
sports de balle
giocare a palla


Fussball
football
calcio


Hundetrekking
randonnée avec chiens
passeggiata con cani


Kampfsport/Judo
sport de combat/judo
sport da combattimento


Kanu
canoë
canoa


Klettern
escalade
arrampicata


Langlaufbob
ski nordique assis
sci di fondo seduti


Nordic Walking
nordic walking
nordic walking


Rad
vélo
bicicletta


Rafting/Kajak
rafting/kayak
rafting/kayak


Reiten
équitation
cavalcare


Rollstuhlsport
sport en fauteuil roulant
sport in sedia a rotelle


Schlitteln
luge
slitta


Schneeschuhlaufen
raquettes
raccetta da veve


Schwimmen
natation
nuoto


Segeln
voile
vela


Ski alpin
ski alpin debout
sci alpino


Skibob
ski alpin assis
sci bob


Ski nordisch
ski nordique debout
sci di fondo


Skitouren
Excursions à ski
Escursioni con gli sci


Snowboard
snowboard
snowboard


Tandem
tandem
tandem


Tanzen
dancer
ballare


Tennis
tennis
tennis


Tier-Trekking
randonnée avec animaux
trekking con animali


Turnen/Polysport
gymnastique/polysport
ginnastica/polisportivo


Unihockey
unihockey
unihockey


Wandern
randonnée
escursione


Zirkus
cirque
circo


Winter
Hiver
Inverno


Sommer
Été
Estate

Organisations partenaires des camps sportifs PluSport

PluSport s'appuie sur des partenaires dignes de confiance et fidèles. Notre objectif est de maintenir et de compléter efficacement les liens de partenariat dans tous les domaines.

activemotion.ch
Active Motion sport de neige
alpinisme-handicap.ch
Association alpinisme & handicap
blindspot.ch Blindspot
differences-solidaires.ch
Association Différences Solidaires
ecoledecirque.ch
Ecole de cirque de Lausanne
ecole-de-danse-attitude.ch
Ecole de danse Attitude Lausanne
folsaeure.ch
Fondation Offensive Acide Folique Suisse
handivoile.ch Swiss Disabled Sailing
hejaheja.ch
Fondation Sport Handicap Lenzerheide
hightide.ch Kayak school Hightide
jugendundsport.ch Jeunesse+Sport
karate.ch Swiss Karate Federation
Lenk-Simmental Tourismus AG – Lenk-Bergbahnen AG
profussballevent.ch
Pro Fussballevent GmbH
rafroball.ch Association Rafroball
sailability.ch Sailability Schweiz
sternschnuppe.ch
Fondation Etoile filante
veloglauser.ch Velo Glauser Flaach
youthhostel.ch Auberges des Jeunesse Suisses

Bon à savoir

Inscription



Pour pouvoir garantir la sécurité et la prise en charge adéquate des participants dans nos camps, il est obligatoire que nous recevions le formulaire d'inscription correctement et intégralement rempli. Si votre état de santé ou votre condition devait changer après votre inscription, veuillez nous le communiquer immédiatement. Vous trouverez de plus amples informations concernant l'inscription à la page 26.

Prestations

Les informations suivantes sont valables pour tous les camps sportifs décrits dans le présent programme:

Compris

+ Cours de sport
+ Événements sportifs organisés et programme d'encadrement
+ Accompagnement adapté au handicap
+ Les prestations supplémentaires peuvent être consultées dans la description des camps

Non compris

+ Trajet aller-retour au camp
+ Repas en dehors du programme du camp (ex.: goûter)
+ Équipement sportif personnel (location possible, si mentionnée dans l'offre du camp)

Pour des raisons de confort de lecture, le présent document est écrit dans la forme masculine, cette dernière s'appliquant évidemment toujours aux deux genres.

Assurance frais d'annulation

Vous pouvez désormais souscrire auprès de PluSport une assurance frais d'annulation chez Allianz, valable également en cas d'épidémie ou de pandémie. Veuillez également lire nos nouvelles conditions d'annulation à la page 26.

Devenez membre PluSport!

Vous souhaitez profiter d'une réduction de prix réservée aux membres et n'êtes pas actif dans un club PluSport? Alors demandez sans attendre une affiliation individuelle à PluSport Suisse (CHF 60.–/an). Vous trouverez de plus amples informations à ce sujet à la page 25.

Inclusion – décontracté et sans frontières

Le sport-handicap possède une valeur d'inclusion supérieure à la moyenne – le sport ne connaît pas de frontières. Le sport réunit les gens de tous les âges, de toutes les couches sociales, de toutes les cultures et les personnes avec et sans handicap. Grâce à nos plus de 100 camps dans toute la Suisse, nous sommes visibles et permettons au sport-handicap de jouir d'une reconnaissance publique toujours plus grande. Nous plaçons des bannières devant les logements. De plus, les participants et l'équipe de moniteurs portent des t-shirts PluSport. Cela engage régulièrement des rencontres et des conversations spontanées avec des personnes de passage. Ces échanges permettent une meilleure compréhension entre les différents acteurs et supprime les obstacles entre personnes avec et sans handicap.

Formation initiale et continue de l'équipe de moniteurs chez PluSport

PluSport est un formateur reconnu pour toutes les personnes actives dans le monde du sport-handicap ou désireuses de le devenir. Nous accordons une grande importance à la formation de notre équipe de moniteurs et au fait qu'ils suivent une formation continue à un rythme régulier.

Promotion de la relève

Comme dans le cas du sport valide, c'est la relève qui assure le succès sur le long terme pour le sport-handicap. Seule une promotion de la relève ciblée, efficace et efficiente permet d'atteindre la continuité dans le sport populaire et le sport de compétition. C'est pourquoi PluSport s'engage à tous les échelons de la relève.

Sport d'élite

PluSport soutient et encourage les enfants, adolescents et adultes en situation de handicap dans le domaine du sport d'élite. Nos athlètes participent à des compétitions nationales et internationales telles que les Jeux paralympiques. Cela inclut la promotion ciblée de la relève. Des synergies avec le sport valide sont cherchées et utilisées autant que possible.

plusport.ch/fr/inclusion
plusport.ch/fr/formation
plusport.ch/fr/sport/promotion-de-la-releve/promotion-de-la-releve-sport-de-masse
plusport.ch/fr/sport/sport-delite

Clubs sportifs

Luca Bischofberger suit chaque semaine les cours de gymnastique et participe régulièrement aux cours de natation de PluSport Glarus. Cette année, il a participé pour la deuxième fois à la semaine de sports de neige Fun à Gstaad.





«J'ai la possibilité de participer à des cours de gymnastique et de natation et je reçois un bon soutien par rapport à ma cécité et mes limitations physiques. Des solutions sont la plupart du temps trouvées pour que je puisse participer le plus possible malgré mon handicap visuel. Chez PluSport Glaris, je suis la seule personne aveugle.
Au camp de ski de Gstaad, durant lequel je fais du dual-skibob, j'aime les virages, la vitesse et le vent qui me souffle dans les oreilles. J'apprécie particulièrement d'être dehors, dans la neige et dans la nature. Je trouve aussi bien de participer activement à la course, dans la mesure du possible, et que PluSport me donne la possibilité de découvrir le ski sous cette forme. Depuis mon accident en septembre 2019, me laissant avec des séquelles physiques, j'ai pu revivre le ski pour la première fois l'année dernière, ce qui m'a beaucoup plu.



L'encadrement dans les camps par l'équipe de moniteurs est bien adapté pour moi. Je reçois à chaque fois le soutien dont j'ai besoin, fait que j'apprécie beaucoup, même si cela ne va pas toujours de soi. Au début, je suis plutôt réticent à l'idée de rencontrer de nouvelles personnes. Mais les moniteurs, par leur attitude ouverte et rigolote, réussissent à me faire surmonter ce souci. Faire connaissance avec les autres participants est pour moi un enrichissement. J'aime beaucoup les échanges que nous avons. Je me réjouis déjà du camp de ski de l'année prochaine».

Luca Bischofberger

Que tu t'entraînes pour une grande compétition ou que tu veuilles simplement entretenir des contacts sociaux, rejoins un club de sport près de chez toi et lie-toi ainsi avec 10 000 membres dans toute la Suisse. Dans de 80 clubs sportifs pour enfants, adolescents et adultes, nous offrons la possibilité de pratiquer régulièrement un sport et de découvrir ainsi le plaisir de bouger. Tu trouveras des informations sur les manifestations, les actualités et d'autres informations sur les différents clubs de sport sur notre site Internet ainsi que directement auprès des clubs.

Kontakt:
Antenne Romande
Avenue du Grey 38A
1004 Lausanne
T +41 (0)21 616 55 32
antenne@plusport.ch

plusport.ch/sportclubs











Cours de ski alpin le week-end

Tu aimes skier et tu souhaites profiter de cours en petits groupes avec des jeunes partageant les mêmes intérêts que toi? Tu veux perfectionner ta technique et être soutenu par une équipe motivée et professionnelle? Alors inscris-toi aux week-ends de cours de ski alpin!



156 Participants: de 4 à 20 ans
max. 12 personnes

Week-ends de cours de ski alpin
→ De décembre 2024 à avril 2025

Des week-ends de ski tout au long de la saison d'hiver. Sur les pistes de Veysonnaz et de Siviez, des monitrices et moniteurs expérimentés te feront progresser à ton rythme. Que tu sois débutant ou plus avancé, viens découvrir les plaisirs du ski!

Dates
6–8 décembre 2024 / 17–19 januar 2025 /
14–16 février 2025 / 14–16 mars 2025 / 4–6 avril 2025

Nos prestations
+ Sport: ski alpin
+ Cours de ski en petits groupes et individualisés
+ Hébergement en chambres à plusieurs lits
+ Demi-pension: petit-déjeuner et souper

Conditions
+ Tous niveaux
+ Une certaine autonomie dans la vie courante
+ Parents/accompagnants bienvenus – prix sur demande

Hébergement
La Combyre, Veysonnaz & Hôtel de Siviez, Haute-Nendaz

Responsable du cours
Marina Praz-Wicki, marinapwi@gmail.com

Prix du cours (5 week-ends)
CHF 940.– Membres PluSport
CHF 990.– Autres
Abonnement de ski non compris – tarif spécial sur demande

Délai d'inscription
31 octobre 2024

Plus d'informations et réservation ici:

LAUSANNE 2025

PluSport à la Fête fédérale de gymnastique 20/21 Juin 2025 à Lausanne

La Fête fédérale de gymnastique est l'un des plus grands événements sportifs de Suisse et PluSport y participe en tant que partenaire d'inclusion!

Toi aussi, participe avec ton club!

Tu trouveras ici les dernières informations:

Auberges de Jeunesse Suisses®

AUBERGES DE JEUNESSE NON ACCESSIBLES SANS OBSTACLES

Ce qui nous distingue :

- Chambres | salles d'eau | places de stationnement sans obstacles
- Chiens d'aveugles et de thérapie logés gratuitement
- Indications pour une arrivée sans obstacles
- Soutien sur place par des collaboratrices et collaborateurs expérimentés



PLUS D'INFORMATIONS

youthhostel.ch

PluSport
Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera

FIS Para Alpine World Cup Veysonnaz 2025

20 mars – Slalom

21 mars – Slalom

22 mars – Slalom géant

23 mars – Slalom géant



Photo: Marcus Hartmann

Sponsors

139 Participants: dès 18 ans
max. 15 personnes, places en fauteuils roulant limitées



HM + TA + HP + HY + HS

Ski, sport et fun à Leysin!
→ Du 19 au 25 janvier 2025

Leysin n'attend plus que toi pour dévaler les pentes de ski. Alors viens te joindre à notre super équipe pour cette semaine de janvier! Et si la tempête de neige se lève, ce n'est pas un problème, il y aura d'autres activités amusantes pour s'occuper.

Nos prestations
+ Sport: ski alpin debout ou assis (piloté), sports en salle, piscine
+ Hébergement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète
+ Abonnement remontées mécaniques

Conditions
+ Tous niveaux, bonne condition physique
+ Etat de santé stable, en chaise roulante: facilité de transfert
+ Une certaine autonomie dans la vie courante

Hébergement
Hotel Central Résidence, Leysin VD

Responsable du camp
Pascal Boisset, pascal@rando-valais.ch

Prix du camp
CHF 850.– Membres PluSport
CHF 900.– Autres
CHF 100.– Locations d'un dual ou mono / tandem (à commander)

Délai d'inscription
19 novembre 2024

145 Participants: dès 8 ans
max. 15 personnes / places en fauteuil roulant limitées



HM+ TA + HP + HS + HY + SH

Célèbre la passion de la danse
→ Du 17 au 22 février 2025

Immersion dans le monde de la danse dans ce camp inclusif! Plonge dans une semaine palpitante remplie de cours de danse variés et d'ateliers créatifs. Rejoins-nous pour une aventure rythmée et dynamique où l'expression artistique rencontre le plaisir.

Nos presentations
+ Activités de danse, éveil corporel
+ Hébergement de groupe en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ Etat de santé stable, être capable de s'intégrer dans un camp

Hébergement
+ Fondation Le Camp, Vaumarcus NE

Responsable du camp
Morgane Guillaume, 076 779 34 97

Prix du camp
CHF 550.– Adultes, Membres PluSport
CHF 600.– Adultes, Autres

Délai d'inscription
17 décembre 2024

124 Participants: dès 16 ans
max. 10 personnes / places en fauteuil roulant limitées



HP HM

Tous à ski à Champéry!
→ Du 9 au 14 mars 2025

Ce camp vous convie à Champéry, face aux majestueuses Dents du Midi. Ski assis, tandem ou dual, et ski debout pour dévaler avec bonheur les pistes variées du domaine. Tout est réuni pour passer une semaine dans un sublime cadre naturel.

Nos prestations
+ Sport: ski alpin debout ou assis
+ Dualski piloté, assis autonome, tandemflex
+ En cas de mauvais temps: sports en salle
+ Hébergement adapté en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète
+ Abonnement remontées mécaniques

Conditions
+ Etat de santé stable
+ Bonne endurance – journées complètes de ski
+ Location d'équipement de sports d'hiver possible
+ Fauteuils roulants manuels

Hébergement
Hôtel Le Palladium, Champéry VS

Responsable du camp
Pascal Boisset, pascal@rando-valais.ch
Prix du camp
CHF 1050.– Membres PluSport
CHF 1100.– Autres
CHF 100.– Location d'un dual ou mono / tandem (à commander)

Délai d'inscription
9 janvier 2025















076 Participants: de 15 à 30 ans
max. 15 personnes



HM + TA + HP + HS + HY + SH

Du cirque à Lausanne
→ Du 21 au 26 avril 2025

Toute une semaine pour goûter aux arts du cirque et se lancer de jolis défis: jonglerie, équilibre, acrobatie, trapèze, tissu, trampoline. Des talents vont se révéler dans cet univers magique. Ce camp intégratif se clôture bien sûr par un spectacle!

Nos prestations
+ Arts du cirque
+ Spectacle
+ Hébergement de groupe en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ État de santé stable et une certaine autonomie
+ Pouvoir s'intégrer dans un groupe
+ Etre actif

Hébergement
Auberge de Jeunesse Jeunotel, Lausanne VD

Responsable du camp
Muriel Adenot, abmumu@gmail.com

Prix du camp
CHF 670.– Membre PluSport
CHF 720.– Autres

Délai d'inscription
21 février 2025

004 Participants: dès16 ans
max. 15 personnes / places en fauteuil roulant limitées



HM + TA + HP + HS + HY + SH

Bouge avec nous! Inclusif!
→ Du 29 mai au 1er juin 2025

Pour ce week-end de l'Ascension, nous t'emmenons à Leysin. Tu pourras participer à des activités autant sportives, ludiques que créatives. Cela te fait envie? Tout est réuni pour se retrouver et partager d'agréables et joyeux moments.

Nos prestations
+ Sports en salle et en extérieur, balades et animations
+ Hébergement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ Etre à l'aise dans la vie de groupe

Hébergement
Hôtel Central Residence, Leysin VD

Responsable du camp
Pascal Boisset, pascal@rando-valais.ch

Prix du camp
CHF 420.– Membres PluSport
CHF 470.– Autres

Délai d'inscription
29 mars 2025

040 Participants: de 8 à 20 ans
max 10 personnes



HM + HP

Camp de football inclusif à Crissier
→ Du 30 juin au 4 juillet 2025

Viens te joindre à de jeunes footballeurs et footballeuses pour des entraînements et des tournois! Les formateurs expérimentés te feront progresser dans la technique et le jeu. La devise est fairplay, tolérance, équité et respect.

Nos prestations
+ Sport: football en extérieur
+ Logement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Bonne condition physique
+ Autonomie dans la vie quotidienne
+ Capacité de respecter des consignes et un esprit de groupe
+ Handicap mental et / ou physique léger

Hébergement
Auberge de Jeunesse Jeunotel, Lausanne VD

Responsable du camp
PluSport Antenne romande, antenne@plusport.ch

Prix du camp
CHF 550.– Membres PluSport
CHF 600.– Autres

Délai d'inscription
30 avril 2025

Ce camp est organisé et géré par Pro Fussballevent. qui met à disposition matériel et encadrement sportif

053 Participants: de 20 à 80 ans
max. 12 personnes

a f



HS

Itinéraires en tandem dans le Jura
→ Du 6 au 12 juillet 2025

Partons à la découverte des crêtes et des beaux paysages du Jura! Nous roulerons à travers les pâturages et les forêts des Franches-Montagnes et arpenterons la Vallée du Doubs. Es-tu prêt à passer plusieurs heures par jour sur le vélo? Alors envoie-nous vite ton inscription!

Nos prestations
+ Sport: vélo tandem
+ Hôtel en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ Bonne condition physique pour pouvoir rouler en tandem plusieurs heures par jour
+ Un bon entraînement est recommandé

Hébergement
Hôtel Jura Sport & Spa Resort, Saignelégier

Responsable du camp
Kaspar Kundert
Avant le camp: Urs Riediker, 079 697 16 82

Prix du camp
CHF 960.– Membres PluSport
CHF 1010.– Autres
CHF 150.– Location tandem PS-membres, CHF 200.– autres
CHF 240.– supplement chambre individuelle (sur demande)

Délai d'inscription
6 mai 2025

093 Participants: dès 12 ans
max. 15 personnes / places en fauteuil roulant limitées



HM + TA + HP + HS + HY

Karaté, Qi Gong et autodéfense
→ Du 9 au 12 juillet 2025

Cela fait longtemps que tu souhaites découvrir l'art martial du karaté ou approfondir tes connaissances? Ce camp t'en donnera l'occasion, tout en t'initiant au Qi Gong et à l'autodéfense. Un programme sportif t'attend, mais aussi du plaisir et de la joie. Et sûrement de nouveaux amis et des moniteurs enthousiastes!

Nos prestations
+ Sports: karaté, Qi Gong, autodéfense, loisirs selon la météo
+ Hébergement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ État de santé stable
+ Etre autonome dans la vie quotidienne
+ Si possible se procurer un kimono de karaté

Hébergement
Lodge EspaceVal, Couvet NE

Responsable du camp
Selma Grimaldi, selma.guldur@hotmail.com

Prix du camp
CHF 420.– Membres PluSport
CHF 470.– Autres

Délai d'inscription
9 mai 2025

065 Participants: dès 14 ans
max. 12 personnes / places en fauteuil roulant limitées



HM + TA + HP + HS + HY + SH

Joies nautiques sur le Léman
→ Du 13 au 18 juillet 2025

Une semaine sur le lac pour se ressourcer. Nous naviguerons dans la jolie baie de Prangins et peut-être encore plus loin. Voileux avertis ou néophytes, ce camp vous ravira. Et même si la météo fait des siennes, le programme s'adaptera. Bonne ambiance garantie!

Nos prestations
+ Sport: voile
+ Hébergement adapté en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ Aimer l'eau
+ Avoir envie de grand air et d'évasion
+ Etre discipliné

Hébergement
Colonie de Genolier, Genolier VD

Responsable du camp
Claude-Alain Loretan, loretan.claudius@gmail.com

Prix du camp
CHF 750.– Membres PluSport
CHF 800.– Autres

Délai d'inscription
12 mai 2025

Ce camp est un partenariat avec Swiss Disabled Sailing qui met à disposition bateaux et encadrement sur l'eau.

064 Participants: dès 15 ans
Max. 12 personnes, places en fauteuil roulant limitées

a f



HM + TA + HP + HS + HY + SH

Découvre la voile sur le lac de Neuchâtel!
→ Du 20 au 25 juillet 2025

Passe une semaine d'été sur l'eau et découvre le beau lac de Neuchâtel. Nous te transmettrons nos connaissances sur ce sport captivant et ferons ensemble de jolies navigations. Alors bienvenue à bord pour vivre de belles aventures de voile!

Prestations
+ Sport: voile
+ Logement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ Pouvoir être en position assise sans moyens auxiliaires
+ Aimer l'eau
+ Etre discipliné et s'adapter à la vie de groupe
+ Une certaine autonomie dans la vie de tous les jours

Hébergement
Fondation Le Camp, Vaumarcus NE

Responsable du camp
Rouven Steinemann, rouven.steinemann@gmail.com

Prix du camp
CHF 1100.– Membres PluSport
CHF 1150.– Autres

Délai d'inscription
20 mai 2025

069 Participants: de 12 à 40 ans
max. 12 personnes



HM + TA + HP + HY + SH

A la rencontre des chevaux et des poneys
→ Du 20 au 26 juillet 2025

Si tu veux apprendre à préparer et soigner des chevaux, guider des poneys sur un parcours, t'initier à la voltige ou simplement te promener dans une roulotte, ce camp est fait pour toi.

Nos prestations
+ Sport: équitation, équimotricité, randonnée
+ Animations
+ Logement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Aimer la nature et les animaux
+ Etre autonome pour la marche
+ Etre à l'aise dans la vie de groupe

Hébergement
Auberge La Pierre à Catillon, Moléson-Village FR

Responsable du camp
Pascal Boisset, pascal@rando-valais.ch

Prix du camp
CHF 750.– Membres PluSport
CHF 800.– Autres

Délai d'inscription
20 mai 2025

046 Participants: de 16 à 30 ans
max.15 personnes



HM + TA + HP + SH

Montagne et escalade sur le Haut-Plateau
→ Du 27 juillet au 2 août 2025

Pour les amoureux de la montagne, voici une jolie occasion pour s'initier à l'escalade en toute sécurité! De belles balades et plein d'autes activités t'attendent dans la magnifique région de Montana.

Nos prestations
+ Sport: escalade, randonnée
+ Animations
+ Logement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ Etre autonome pour la marche (ou aide limitée)
+ Etre à l'aise dans la vie de groupe

Hébergement
Auberge de Jeunesse, Crans-Montana VS

Responsable du camp
Pascal Boisset, pascal@rando-valais.ch

Prix du camp
CHF 870.– Membres PluSport
CHF 920.– Autres

Délai d'inscription
27 mai 2025

Ce camp est un partenariat avec Différences Solidaires qui met à disposition matériel et encadrement spécifiques.

043 Participants: dès 8 ans
max. 26 personnes / places en fauteuil roulant limitées



HM + TA + HP + HS + HY + SH

Pratique de Rafroball
→ Du 3 au 9 août 2025

Camp inclusif pour joueurs qui pratiquent régulièrement le Rafroball. Entrainements quotidiens où l'on aborde les fondamentaux du sport, les techniques de jeu et schémas de base du Rafroball. Un tournoi se dispute à la fin de la semaine. Des activités annexes sont également au programme. Chacun y trouve sa place et son rythme.

Nos prestations
+ Sport: Rafroball, une journée à l'extérieur
+ Hébergement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Pratiquer le Rafroball dans une équipe ou être licencié
+ Etre à l'aise dans un grand groupe
+ Inscriptions prises par ordre d'arrivée et selon quota du type de handicap

Hébergement
Hôtel Le Palladium, Champéry

Responsable du camp
Loryne Clivaz, loryne.clivaz@yahoo.com

Prix du camp
CHF 780.– Enfants en dessous de 16 ans, membres PluSport
CHF 830.– Enfants en dessous de 16 ans, autres
CHF 840.– Dès 16 ans et adultes, membres PluSport
CHF 890.– Dès 16 ans et adultes, autres

Délai d'inscription
3 juin 2025

Le camp Rafroball est un partenariat entre PluSport et l'Association Rafroball.

013 Participants: dès 15 ans
max. 15 personnes / places en fauteuil roulant limitées



HM + TA + HP + HS + HY

La nature à l'état pur à Ovronnaz
→ Du 13 au 17 octobre 2025

Pour profiter de belles journées d'automne, nous t'emmenons dans un décor magnifique en pleine nature. Tu pourras pratiquer et découvrir différentes disciplines sportives.
Rejoins-nous pour vivre de chouettes moments de partage, de rigolades et faire de belles rencontres.

Nos prestations
+ Sport: jeux collectifs, randonnée, escalade, vélo, cimgo et des surprises!
+ Hébergement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Tous niveaux
+ Une certaine autonomie dans la vie quotidienne et les déplacements
+ Pour handicap physique, léger à moyen uniquement
+ Etre capable de s'intégrer dans un groupe

Hébergement
Centre sportif d'Ovronnaz VS

Responsable du camp
Pascal Boisset, pascal@rando-valais.ch

Prix du camp
CHF 630.– Membres PluSport
CHF 680.– Autres

Délai d'inscription
13 août 2025

Pour ce camp, Différences Solidaires met à disposition des activités et des équipements de sport.

006 Participants: dès 15 ans
max. 15 personnes



HM+ TA + HP + HS + HY + SH

Jeux aquatiques et multisport à Couvet
→ Du 20 au 25 octobre 2025

Tu aimes l'eau et la nature? Ce camp est fait pour toi! Au programme, sport en salle et en piscine au centre sportif, balades dans le beau Val-de-Travers. Et sans oublier les soirées animées, tu ne vas pas t'ennuyer! Viens partager de bons moments dans une ambiance détendue et amicale!

Nos prestations
+ Sport: activités variées en salle, en piscine et en plein-air
+ Hébergement en chambres à plusieurs lits
+ Pension complète

Conditions
+ Etat de santé stable
+ Pouvoir marcher sans aide (ou aide limitée)
+ Etre à l'aise dans la vie de groupe
+ Une certaine autonomie dans la vie quotidienne

Hébergement
EspaceVAL, Couvet NE

Responsable du camp
Muriel Adenot, abmumu@gmail.com

Prix du camp
CHF 630.– Membres PluSport
CHF 680.– Autres

Délai d'inscription
20 août 2025


SPORT
Vous êtes la Loterie Romande
LOTERIE ROMANDE
JOUER, C'EST AUSSI SOUTENIR.
GRÂCE À VOUS, EN 2024, LA LOTERIE ROMANDE DISTRIBUE 243,7 MILLIONS DE FRANCS
À L'ACTION SOCIALE, AU SPORT, À LA CULTURE ET À L'ENVIRONNEMENT.
Retrouvez tous les bénéficiaires


PluSport
Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Andicap Svizzera
erima
SPORTSWEAR SINCE 1900
Partenaire vestimentaire de
PLUSPORT
Des réductions attractives pour les clubs!
Demande à ton magasin de sport pour une offre club.
ENSEMBLE POUR GAGNER | www.erima.ch
Ici, tu trouves notre
catalogue général

Entraînement des ambitieux

Tout a commencé dans la cour de récréation de l'école primaire, où Leon Schüep jouait régulièrement au tennis de table avec ses amis pendant la pause. Tandis que ses copains tenaient la raquette d'une seule main pour frapper la petite balle blanche, Léon la coinçait quant à lui entre ses deux mains. En effet, il est né avec une amputation congénitale des quatre membres. «Il me manque plusieurs doigts et articulations à chaque main. Ma jambe gauche se termine en dessous du genou, et je n'ai pas de pied à la jambe droite», explique-t-il pour décrire son handicap.

Malgré ces limitations, Leon Schüep pratique avec passion son sport auprès de PluSport, joue de la batterie, et aime dessiner. Il obtiendra son baccalauréat avec la spécialité «Arts visuels». «Pendant mon temps libre, je joue aussi au badminton, au volleyball et au basket-ball. J'ai également beaucoup pratiqué la natation par le passé», raconte-t-il, «mais après un certain temps, j'ai commencé à trouver la natation trop ennuyeuse. Au tennis de table, l'objectif est clair: il faut marquer des points pour gagner la partie.»

Depuis six ans, il pratique le tennis de table au TTC de Bâle. Grâce à un support sur mesure réalisé à l'aide d'une imprimante 3D, il peut tenir sa raquette. Une prothèse sportive adaptée à ses besoins lui sera également conçue d'ici l'été. «Avec la prothèse que je porte au quotidien, je rencontre rapidement certaines limitations à ma mobilité», explique-t-il. Il joue actuellement en classe C (les joueurs étant classés de A à E) et dispute des tournois dans toute la Suisse contre des joueurs valides. «Il existe également une classification spécifique aux personnes en situation de handicap, déterminée en fonction des limitations des joueurs.» Grâce à ce classement, Leon Schüep a participé pour la première fois à des matchs avec l'équipe nationale suisse lors du Para Open de Lignano (en Italie) en mars 2024.

Autres formations et informations

www.plusport.ch/entrainements





Participants: enfants et adolescents



HP + HS

Entraînements de ski alpin
→ De décembre 2024 à mars 2025

Tu as un handicap physique ou visuel mais tu aimes le ski et souhaiterais dévaler les pistes avec un groupe de passionnés comme toi? Tu peaufines ta technique de ski et aimerais être soutenu par une équipe motivée? Tu as envie de faire tes premières expériences en compétition? Alors c'est toi que nous recherchons! Les entraînements ont lieu le samedi et parfois tout le weekend également.

Nos prestations
+ Sport: ski alpin debout et assis
+ Structure professionnelle d'entraînement, y c. abo de ski

Non-inclus
+ Arrivée / départ individuels, boissons et repas de midi

Exigences
+ Ski autonome
+ Participation régulière
+ participation à la Swiss Disabled Cup souhaitée

Lieux des entraînements
Suisse orientale: Région Toggenburg, Wildhaus
Suisse centrale: Sörenberg
Suisse Romande: Valais, Nendaz, Veysonnaz

Responsable du cours
Suisse orientale: Billie Stump; Suisse centrale: Pascal Achermann; Suisse Romande: Marina Praz-Wicki

Prix du cours
Prix du cours indiqué sur le site web.
Adhésion individuelle chez PluSport Suisse ou adhésion à un club PluSport

Renseignements & Inscription
www.plusport.ch/entrainements-ski

Participants: enfants et adolescents



HP + HS

Entraînements de natation
→ De janvier à décembre 2025

Les bassins de natation sont ta deuxième maison? Tu souhaites faire du sport avec d'autres passionnés et être soutenu par une équipe motivée? Tu peux t'imaginer disputer un jour une compétition de natation et te mesurer à d'autres nageurs? Alors nous t'attendons!

Nos prestations
+ Sport: natation
+ Entraînements professionnels

Non-inclus
+ Arrivée / départ individuels, boissons et repas de midi

Exigences
+ Connaissances de la natation

Lieux des entraînements
Berne: Therapiebad Stiftung Rossfeld
Uster: Hallenbad Buchholz

Responsable du cours
Berne: Amin Jaza, 079 488 97 53, amin.jaza@gmail.com
Uster: Sven Schiess, 078 625 62 30, sven.schiess@scuw.ch

Prix du cours
Affiliation individuelle à PluSport Suisse ou affiliation à un club PluSport.
Uster: entrée à la piscine à payer en sus

Renseignements & Inscription
www.plusport.ch/entrainements-natation

Participants: adolescents et adultes



HP + HS

Entraînements de cyclisme
→ De janvier à décembre 2025

Tu aimes faire du vélo et tu souhaites améliorer ta technique avec un groupe de passionnés? Tu souhaites t'améliorer et être soutenu dans ta progression par une équipe motivée? Alors rejoins-nous! Une équipe d'entraîneurs diplômés te soutiendra lors d'entraînements réguliers au vélodrome et sur la route.

Nos prestations
+ Sport: vélo de course, tandem
+ Entraînements professionnels
+ Aide à la recherche de pilotes tandem

Non-inclus
+ Arrivée / départ individuels, boissons et repas de midi

Exigences
+ Rouler de façon autonome
+ Actif / ve sur le plan sportif

Lieux des entraînements
Hiver: Entraînement au Tissot Velodrome de Granges SO
Été: entraînements sur route selon annonce

Responsable du cours
Daniel Hirs, 076 421 76 87, hirs@plusport.ch

Prix du cours
Adhésion individuelle chez PluSport Suisse ou adhésion à un club PluSport

Renseignements & Inscription
www.plusport.ch/entrainements-cyclisme

Participants: enfants, adolescents et adults



HP + HS

Entraînements d'athlétisme
→ De janvier à décembre 2025

Tu aimes courir, sprinter et lancer? Tu souhaites t'améliorer et être soutenu dans ta progression par une équipe motivée? Tu as envie de te mesurer aux autres? Alors nous t'attendons! Sur différents lieux, une équipe de moniteurs et d'entraîneurs diplômés te soutiendra lors d'entraînements mensuels et sur des week-ends. PluSport organise aussi des entraînements de découverte spécialement destinés pour les enfants, les jeunes et les adults présentant un handicap physique ou visuel..

Nos prestations
+ Sport: athlétisme; sprint, moyenne et longue distance, saut en longueur, lancer du javelot, lancer du poids
+ Entraînements professionnels

Non-inclus
+ Arrivée / départ individuels, boissons et repas de midi

Exigences
+ Adapté à tous les niveaux, y compris pour les débutants
+ Actif sur le plan sportif

Lieux des entraînement
Dans toute la Suisse

Prix du cours
Adhésion individuelle chez PluSport Suisse ou adhésion à une club PluSport

Renseignements & inscription
www.plusport.ch/entrainements-athletisme

Participants: adults



HS

Cécifoot
→ De janvier à décembre 2025

Le football 5-a-side est une discipline sportive pour les personnes avec un handicap visuel. Il se joue avec un ballon à sonnette qui permet aux sportifs de s'orienter. As-tu envie de pratiquer ce sport d'équipe passionnant? Alors rejoins-nous! Lors des entraînements hebdomadaires, tu seras assisté par des entraîneurs qualifiés afin d'affiner ta technique et d'acquérir de l'expérience en match.

Nos prestations
+ Sport: cécifoot
+ Entraînements professionnels

Non-inclus
+ Arrivé / départ individuels, boissons et repas de midi

Exigences
+ Actif / ve sur le plan sportif
+ Malvoyant ou aveugle

Lieux de entraînements
Lundi soir à Macolin
Vendredi soir à Baar

Responsable du cours
Angelo Di Micco, 079 337 26 19, angelo.dimicco@bluewin.ch

Prix du cours
Adhésion individuelle chez PluSport Suisse ou adhésion à un club PluSport.

Renseignements & inscription
en continu
www.plusport.ch/cecifoot

Escalade
Le Club Alpin Suisse CAS et PluSport s'associent pour promouvoir l'inclusion dans les sports de montagne. Le paraclimbing est adapté aux personnes souffrant d'un handicap physique ou visuel. Inscris-toi dès maintenant à un entraînement d'essai sans engagement:
Entraîneur national de para-climbing
Michael Bühler, Michael.Buehler@sac-cas.ch



Golf
En collaboration avec Swiss Golf, le para-golf est encouragé en Suisse.
Chef de projet Para-Golf: Rüdiger Böhm, boehm@plusport.ch



Badminton
Découvre le badminton dans le parasport. Un entraînement professionnel, du plaisir et de nouveaux défis t'attendent.
PluSport Sport d'élite, spitzensport@plusport.ch



Informations sur les camps d'hiver

Pour les camps d'hiver proposant plusieurs disciplines sportives, prière de cocher celle(s) que vous souhaitez exercer:

☐ ski alpin ☐ snowboard ☐ raquettes à neige ☐ ski de fond skating ☐ ski de fond classique ☐ randonnée hivernale

Voyage aller / retour et documents officiels

Quelles cartes ou abonnements emmenez-vous au camp?

☐ carte d'identité ☐ carte d'accompagnement sur le SwissPass ☐ abonnement général ☐ abonnement demi-tarif

Les parents, les accompagnants ou les tuteurs des participants doivent organiser eux-mêmes le voyage aller jusqu'à l'hébergement du camp sportif ainsi que le voyage retour. Si le participant est majeur, il organise le voyage aller-retour lui-même.

Affiliations

☐ membre d'un groupe sportif Procap Sport (joindre l'attestation)

☐ membre d'un club sportif PluSport ☐ membre PluSport individuel 2025*

*L'affiliation individuelle (CHF 60.– / an) doit être acquittée au **plus tard** à la date d'inscription au camp. Un bulletin de versement est inséré au milieu du catalogue. Les paiements ultérieurs ne peuvent être pris en compte.

Comment avez-vous eu connaissance de PluSport?

Photos / vidéos

Les photos / vidéos des camps PluSport sont utilisées pour les publications de PluSport et de ses partenaires (magazines, lettres aux sponsors, site web, médias sociaux comme Facebook, etc.). J'accepte que les photos / vidéos dans lesquelles j'apparais soient publiées:

☐ oui ☐ non

Assurance frais d'annulation (veuillez noter les nouvelles conditions d'annulation dans le catalogue à la page 26)

Je souhaite souscrire une assurance annulation conformément aux conditions figurant à la page 26 du catalogue.

☐ oui ☐ non ☐ Assurance annuelle CHF 195.–

Ce formulaire a été complété conformément à la vérité et l'inscription est définitive. Par ma signature, je confirme remplir les exigences du camp concerné et avoir pris acte des conditions générales du programme du camp. Je prends acte que l'attribution des moniteurs / des accompagnants est du ressort de la direction générale du camp.

Si, avant ou au début du camp, il est constaté que des informations importantes et nécessaires pour le camp n'ont pas été communiquées, PluSport se réserve le droit de renvoyer les participants chez eux. Aucun frais ne sera remboursé.

Lieu et date:

Signatures

Participant / e:

Représentant / e légal / e:

Nom en caractère d'imprimerie:

Une confirmation vous sera envoyée dans les 14 jours suivant l'inscription. Des retards sont possibles après l'envoi du nouveau catalogue (mi-septembre environ).

Veuillez envoyer le formulaire à:

PluSport Sport Handicap Suisse, Avenue du Grey 38A, 1004 Lausanne
courriel: antenne@plusport.ch

Besoin d'aide durant le camp				**Remarques / type d'aide**
Repas	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	
Mobilité à domicile	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	
Mobilité à l'extérieur	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	
S'habiller, se déshabiller	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	
Se doucher	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	
chaise de douche	☐ oui	☐ non	☐ j'emmène ma chaise	
Se laver / se brosser les dents	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	
WC / incontinence	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	
Nuit / sommeil	☐ oui	☐ non	☐ partiellement	

Autres informations importantes pour le programme sportif, le programme parallèle, l'encadrement:

Quels éléments peuvent causer des problèmes de comportement (par ex. anxiété, agressivité, automutilation)?
Veuillez préciser:

Que nécessitez-vous en situation de crise pour vous sentir à l'aise et comment pouvez-vous vous apaiser
(par ex. objet, activité, musique, etc.)?

Questions d'ordre général (informations obligatoires)

Taille: Poids:

Taille de t-shirt: ☐ XS ☐ S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐ XXL ☐ pas de t-shirt

Lits superposés: pouvez-vous dormir dans le lit du haut? ☐ oui ☐ non

Êtes-vous autorisé à boire de l'alcool? ☐ oui ☐ non

Fumez-vous? ☐ oui ☐ non

☐ Végétarien ☐ Alimentation spéciale / régime → détails:

Savez-vous nager sans moyens auxiliaires? ☐ oui ☐ non Êtes-vous autorisé à plonger? ☐ oui ☐ non

Quelles activités vous sont-elles interdites?

Niveau dans la discipline sportive spécifique au camp
(pour plusieurs disciplines sportives ou inscriptions multiples, veuillez indiquer la discipline sportive concernée):

☐ avancé / e ☐ notions de base ☐ débutant / e

Matériel sportif pour les différents camps/commande

Ski alpin	☐ équipement propre	☐ ski alpin debout (à louer sur place; si cela est possible selon l'annonce)
	☐ ski dual (accompagné, CHF 100.– / semaine)	☐ monoski (autonome, CHF 100.– / semaine)
Ski nordique	☐ équipement propre debout	☐ ski de fond debout (à louer sur place; si cela est possible selon l'annonce)
	☐ luge de ski de fond sédentaire	☐ location luge de ski de fond de PluSport (CHF 100.– / semaine)
Tandem	☐ tandem propre	☐ location d'un tandem de PluSport (CHF 200.– / semaine, CHF 150.– Membres)

☐ amputation, où: ☐ polio ☐ fauteuil roulant

☐ fauteuil roulant électrique ☐ j'emmène le fauteuil roulant électrique au camp

Handicap de l'ouïe ☐ surdité ☐ surdité partielle ☐ appareil acoustique

→ forme de communication possible:

Handicap de la vue ☐ cécité

☐ cécité partielle → genre de handicap de la vue:

→ moyen auxiliaire au camp: ☐ chien ☐ canne

→ communication: ☐ braille ☐ abrégé ☐ intégral

☐ écriture en noir ☐ e-mail

Autres

Communication

☐ intelligibilité difficile ☐ inintelligible ☐ muet / e

☐ moyen auxiliaire de communication (veuillez indiquer):

Comprenez-vous les informations verbales? ☐ oui ☐ non

Maladies / troubles

Dernier vaccin contre le tétanos → date:

☐ Épilepsie → dernière crise: → symptômes avant / après la crise:

☐ Diabète ☐ type I (injections d'insuline) ☐ type II (médicaments)

☐ Malformation cardiaque → Détails:

☐ TDA / TDAH → Détails:

☐ Trouble de la perception → Détails:

☐ Allergies → Détails:

☐ Asthme → Détails:

☐ Autres maladies / troubles → Détails:

Médicaments (y c. les produits naturels) à la date d'inscription

☐ pas de médicaments ☐ médication régulière

☐ médicament administré par le moniteur ou sous son contrôle ☐ absorption, application autonome, indiquer ci-dessous

Nom du médicament / médication d'urgence (quelle raison?). Veuillez énumérer.

Le participant ou son représentant légal assume la responsabilité de la possible administration des médicaments par des non-professionnels.

En complément à la documentation relative au camp, le participant reçoit le formulaire **«Liste de médicaments»** contenant les informations les plus récentes (médicaments, dosage, horaires d'administration, médicaments de substitution, indications importantes du médecin, procédures d'urgence, etc.). Ce formulaire dûment rempli doit **obligatoirement** être emporté au camp.

Les informations pertinentes relatives aux changements éventuels de l'état de santé, de la médication et de l'encadrement survenus avant le camp doivent être communiquées à PluSport au plus tard deux semaines avant le début du camp.

Nouveau maintenant aussi en version électronique sur www.plusport.ch!

Je m'inscris aux camps sportifs suivants en 2025

No: Lieu: Date:

No: Lieu: Date:

No: Lieu: Date:

Les quatre pages du formulaire d'inscription doivent être remplies de manière complète et conforme à la vérité, en caractères d'imprimerie et signées. Les inscriptions incomplètes ou non signées ne seront pas prises en considération.

Données personnelles

Sexe: ☐ féminin ☐ masculin

Nom: Prénom:

Rue: NPA / lieu:

Situation résidentielle: ☐ seul / e ☐ famille ☐ institution

Date de naissance:

Tél. privé: Tél. mobile: Tél. institution:

Tél. prof.: e-mail pour l'envoi de documents:

Nom de la personne de référence et / ou institution:

Adresse de correspondance:

Adresse de facturation:

Contacts en cas d'urgence:

Personne de contact atteignable durant le camp et pouvant venir chercher le participant si nécessaire (obligatoire):

1.) Nom: Prénom: N° de tél.:

Adresse:

Relation avec le participant (parents, sœur, frère, proche aidant etc.):

2.) Nom: Prénom: N° de tél.:

Adresse:

Relation avec le participant (parents, sœur, frère, proche aidant, etc.):

Caisse-maladie: Numéro d'assurance:

Assurance accidents: Numéro d'assurance:

Médecin: N° de tél.:

Type de handicap

☐ **sans handicap**

Handicap mental	☐ léger	☐ moyen	☐ profond	☐ trisomie 21
Trouble de l'apprentissage	☐ détails:			
Autisme	☐ léger	☐ moyen	☐ profond	
Handicap psychique	☐ détails:			
Handicap physique	☐ IMC	☐ hémiplégie	☐ diplégie	☐ spasticité
	☐ spina bifida	☐ paralysie	☐ tétraplégie	☐ paraplégie

Conditions générales

Inscription



L'inscription doit être adressée par écrit à PluSport Antenne Romande à Lausanne (pour l'adresse, voir le formulaire d'inscription) au plus tard dans le délai annoncé dans le programme «Sportcamps 2025». **Nouveau: Inscrivez-vous maintenant en ligne!** Le formulaire d'inscription vous engage juridiquement dès la date de réception. Le nombre de participants est limité dans tous les camps. Les inscriptions sont prises en compte selon leur date de réception. Les informations indiquées dans le formulaire d'inscription doivent impérativement être complètes, véridiques et apporter tous les renseignements nécessaires aux séjours dans les camps sportifs et à la prise en charge. Veuillez noter que PluSport ne peut garantir la présence d'infirmiers sur le lieu du camp. Par conséquent, le participant ainsi que son représentant légal ont la responsabilité de fournir un semainier afin de faciliter l'administration des médicaments sur place par des personnes non professionnelles. La posologie précise ainsi que toutes les informations nécessaires devront être transmises, notamment les spécificités en cas de situation d'urgence. Les médicaments supplémentaires (les médicaments d'urgence) doivent être inclus et apportés au camp. PluSport décline toute responsabilité en cas d'indications erronées ou incomplètes. PluSport se réserve le droit de recueillir des informations auprès des participants ou des personnes qui les prennent en charge et de refuser des inscriptions. Une confirmation d'inscription sera envoyée dans un délai de 14 jours à compter de la date d'inscription.

Si, avant ou au début du camp, il est constaté que des informations importantes et nécessaires pour le camp n'ont pas été communiquées, PluSport se réserve le droit de renvoyer les participants chez eux. Aucun frais ne sera remboursé.

Documents et informations

Les documents et les informations détaillées relatifs aux camps seront envoyés entre 4 et 6 semaines avant le début des camps.

Prestations

Les prestations sont conformes à l'offre figurant en page 6 du catalogue «Sportcamps». Le voyage aller et retour est également à la charge du participant. En cas de besoin, contactez le CFF Call Center Handicap au 0800 007 102.

Frais d'hébergement supplémentaires

Les chambres individuelles ne peuvent être réservées que dans des cas exceptionnels et exclusivement avec l'accord de PluSport. Le supplément est à la charge du participant. Les frais éventuels concernant les chiens doivent être payés directement à l'établissement.

Frais et conditions de paiement

Les frais relatifs aux camps (y compris la TVA), sont clairement indiqués dans le dossier d'inscription. La facture sera envoyée entre 4 à 6 semaines avant le début des camps et doit être réglée sous 20 jours. En cas de difficultés financières, une demande de réduction peut être adressée par écrit à PluSport.

Annulation

L'annulation doit se faire par écrit.
Si la réservation est annulée alors que l'inscription a déjà été enregistrée, les frais suivants sont facturés:
jusqu'à 60 jours avant le début du camp: frais de gestion CHF 100.–
59–30 jours avant le début du camp: 30% du prix du camp
29–15 jours avant le début du camp: 50% du prix du camp
14–8 jours avant le début du camp: 70% du prix du camp
7–0 jours avant le début du camp et en cas de non-présentation: 100% du prix du camp.
Les frais incluent toujours la TVA. Un camp peut être annulé par PluSport en raison du manque de participants jusqu'à 20 jours avant le début du camp. Dans ce cas, les paiements déjà effectués sont automatiquement remboursés.

Assurance frais d'annulation

Vous pouvez souscrire auprès de PluSport une assurance frais d'annulation d'Allianz Travel. La prime s'élève à 4,5% du prix du camp.

Si vous participez à plusieurs camps par an, nous vous recommandons de conclure une assurance annuelle (coût: CHF 195.–).
Le preneur d'assurance peut révoquer le contrat dans un délai de 14 jours à compter de la demande de conclusion de l'assurance (sur le formulaire d'inscription aux camps sportifs) en envoyant une communication écrite à PluSport.

A l'expiration de la durée contractuelle d'un an, l'assurance annuelle est reconduite tacitement pour une nouvelle année. Si l'assurance n'est plus souhaitée, le souscripteur doit résilier le contrat par écrit auprès d'Allianz Travel en respectant un délai de trois mois.

Autres assurances

Toute autre assurance est à la charge du participant (assurance maladie, accident, complémentaire, vol au RC).
PluSport décline toute responsabilité en cas de dégâts.

Protection des données

Pour en savoir plus sur la protection des données, consultez notre site Internet: www.plusport.ch/protection-des-donnees

Membre individuel de PluSport

Aimeriez-vous profiter des **prix les plus bas** pour nos camps sportifs et être informé des dernières actualités par le journal de la fédération?
Dans ce cas, nous vous recommandons de devenir membre de PluSport Sport Handicap Suisse.

IMPORTANT

Êtes-vous membre de l'un de nos **clubs sportifs régionaux PluSport?**
Si oui, vous êtes **automatiquement membre de PluSport Sport Handicap Suisse** et n'avez **pas besoin** de faire une demande d'adhésion individuelle.

Procédure d'adhésion en tant que nouveau membre individuel 2025

1. Dans le cas d'une nouvelle inscription, il vous faut remplir une demande d'adhésion.
   Merci d'en faire la demande à mailbox@plusport.ch ou au 044 908 45 00.
2. Versez ensuite la **cotisation annuelle de CHF 60.–** à l'aide du bulletin de versement correspondant.
3. Votre adhésion en tant que membre individuel de PluSport Sport Handicap Suisse prendra effet dès réception du paiement et durera toute l'année civile 2025 (de janvier à décembre).

Procédure de renouvellement de votre adhésion en tant que membre individuel 2025

1. Versez la cotisation annuelle de CHF 60.– à l'aide du bulletin de versement correspondant.
2. Votre adhésion en tant que membre individuel de PluSport Sport Handicap Suisse prendra effet dès réception du paiement et durera toute l'année civile 2025 (de janvier à décembre).

Récépissé

Compte / Payable à
CH93 0900 0000 8000 0897 9
PluSport Sport Handicap Suisse
Camps sportifs
8604 Volketswil

Payable par (nom/adresse)

Monnaie CHF **Montant** 60.00

Point de dépôt

Section paiement

Monnaie CHF **Montant** 60.00

Compte / Payable à
CH93 0900 0000 8000 0897 9
PluSport Sport Handicap Suisse
Camps sportifs
8604 Volketswil

Informations supplémentaires
Adhésion individuelle 2025

Payable par (nom/adresse)