

Sport für alle! Dafür setzen wir uns ein

Regelmässige Bewegung tut uns gut.
Sport fördert die Gesundheit.
Begegnungen mit anderen Menschen
tun uns auch gut.
So fühlen wir uns fit und wohl.

Procap Sport ist für alle Menschen da.
Für Jung und Alt.
Für Menschen mit und ohne Behinderungen.

Es gibt in der ganzen Schweiz
Procap Sport-gruppen.
Machen Sie mit!
Sich gemeinsam bewegen macht Spass.

Unsere Sport-leiter und Sport-leiterinnen
machen tolle Trainings-stunden.

Procap Sport Ein Angebot von Procap

Procap ist ein Verein
für Menschen mit Behinderungen.
Wir haben über 20 Sportgruppen
in der Schweiz.
Wir haben etwa 24 000 Mitglieder.

Wir haben viele Angebote und Kurse zum Mitmachen.

Wir bieten:

- Angebote für die Freizeit
- Angebote für Ferien und zum Reisen
- Sport-angebote
- Beratungen zu verschiedenen Themen
- Hilfe bei rechtlichen Fragen
- Verschiedene Kurse

Möchten Sie mehr wissen?

☎ Rufen Sie uns an: 062 206 88 30

✉ Schreiben Sie uns an:

Procap Sport
Frohburg-strasse 4
4600 Olten
E-Mail: sport@procap.ch

🌐 Besuchen Sie uns auf der Website:
www.procap-sport.ch

2024-11|100



Procap Sport

Sich bewegen
und sich treffen



procap

Für Menschen mit Handicap.
Ohne Wenn und Aber.

Zusammen aktiv sein

Sport-gruppen in der ganzen Schweiz

Seien Sie aktiv in Ihrer Freizeit.
Probieren Sie eine neue Sportart aus.
Erleben Sie zusammen mit anderen
ein Abenteuer.

Procap Sport-gruppen gibt es
in allen Regionen von der Schweiz.
Als aktiver Sportler oder Sportlerin mit
Behinderungen können Sie Mitglied werden.

Procap Sport bietet viele Angebote

- regelmässige Sport-kurse
in Ihrer Nähe
- Wochen-kurse
- Angebote am Wochen-ende
- Sport-veranstaltungen



In der Natur unterwegs

Aktiv-ferien in der Schweiz

Procap Aktiv-ferien dauern meist 1 Woche.
Sie sind immer zu einem Thema.

Erleben Sie in der Gruppe viel Neues.
Wir sind in der Natur unterwegs.

Das ist wichtig zu wissen:
Wir übernachten in einfachen Unterkünften.
Zum Beispiel in einer Berg-hütte.
Oder in einer Jugend-herberge.

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen
müssen ziemlich mobil und flexibel sein.

Sie sind **nicht** sicher,
ob Aktiv-ferien das Richtige sind?

☎ Rufen Sie uns an: 062 206 88 30



Sport-tage

Regional und national

Procap Sport organisiert regelmässig
Sport-tage für Menschen
mit Behinderungen.

Die Sport-tage machen Spass.
Probieren Sie neue Sport-arten aus.

Machen Sie bei Wettkämpfen mit.
Es gibt Einzel-wettkämpfe
und Gruppen-wettkämpfe.

Machen Sie bei einem Plausch-angebot mit.
Hier ist Team-geist gefragt.

Lernen Sie neue Menschen kennen.
Wir sind gemeinsam aktiv.
Wir leben Inklusion.

