Le fond pour la forme

Autor(en): **G.N.**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations : aînés**

Band (Jahr): **29 (1999)**

Heft 12

PDF erstellt am: **08.08.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-827977

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Le fond pour la forme

Comme chaque hiver, Pro Senectute met sur pied plusieurs séjours en montagne, qui vous permettront de pratiquer le ski de fond, en débutant ou en sportif déjà confirmé.

Depuis maintenant quinze ans, Pro Senectute organise des cours de ski de fond, niveau initiation et perfectionnement, dans plusieurs stations suisses, et parfois même au-delà des Alpes. Ces cours sont donnés dans le cadre de séjours qui comprennent le plus souvent la pension complète, l'accompagnement par des monitrices et moniteurs, ainsi que des animations. La durée est le plus souvent de cinq jours, parfois de six, sept ou huit jours.

Cette formule est une excellente occasion de découvrir en toute sécurité un sport très bénéfique pour se maintenir en forme. Nettement moins violent que le ski alpin, le ski de fond peut être pratiqué par presque tout le monde, tranquillement, à son propre rythme. Certains séjours permettent néanmois de pratiquer le ski alpin, ou encore de ne chausser aucune latte, et de se promener tout simplement à pied.

Canton par canton, voici la liste des séjours organisés cet hiver par les différentes sections de Pro Senectute.

Valais

– Trois séjours à choix **du 10 au 14 janvier:** à Saas-Almagell (Hôtel Mattmarkblick***), Fr. 390.–; à Oberwald, dans la vallée de Conches (Hôtel Furka***), Fr. 390.–; à Gluringen, également dans la vallée de Conches (Hôtel Tenne***). Cette troisième offre est réservée aux personnes de langue allemande.

– **Du 7 au 11 février:** un séjour à Etroubles, en Italie, dans la région du Grand-Saint-Bernard (Hôtel Serena***), Fr. 400.–.

– **Du 28 février au 3 mars:** cinq jours aux Haudères (Hôtel Edelweiss**), Fr. 370.–.

Renseignements: Pro Senectute Valais, tél. 027/322 07 41.

Photo G.N.

Le ski de fond, l'un des meilleurs exercices physiques pour l'hiver

Fribourg

– Un seul séjour, d'une durée de six jours, **du 10 au 15 janvier**. Il est organisé à Obergesteln, dans la vallée de Conches (Gasthaus Grimsel**), Fr. 660.–.

Renseignements: Pro Senectute Fribourg, tél. 026/347 12 47.

Neuchâtel

– **Du 24 au 29 janvier:** un séjour de six jours à Ulrichen, dans la vallée de Conches (Hôtel Alpina***), 730.–.

– **Du 19 au 25 mars:** un séjour de sept jours à Davos (Hôtel National***), Fr. 945.–.

Vacanciers et skieurs de piste sont les bienvenus, mais sous leur propre responsabilité.

Renseignements: Pro Senectute Neuchâtel, tél. 032/724 56 56.

Vaud

– **Du 17 au 21 janvier:** cinq jours à Montana (Hôtel Elite), Fr. 490.–.

– **Du 26 février au 3 mars:** séjour de sept jours à La Lenk (Hôtel Wildstrubel****), Fr. 790.–.

– **Du 26 mars au 2 avril:** séjour de huit jours à Saint-Moritz (Hôtel Landinella***), Fr. 890.–.

Les adeptes du ski alpin sont les bienvenus dans ces camps, mais sous leur propre responsabilité.

Renseignements: Pro Senectute Vaud, tél. 021/646 17 21.

G. N.