Aktivferien auf Mallorca 2024

Sonntag, 17. bis Samstag, 23. März 2024

20 JAHRE AKTIVFERIEN MALLORCA









CROHN COLITIS SCHWEIZ

Rheumaliga Schweiz
Bewusst bewegt

Rheumaliga Zürich, Zug und Aargau
Bewusst bewegt

bechterew.ch
Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew.

Liebes Mitglied

Die Mallorca-Reise ist sehr beliebt und feiert im Jahr 2024 ihr 20-jähriges Jubiläum. Geniessen Sie ein angepasstes Bewegungsprogramm speziell für Menschen mit einer chronischen Erkrankung. Es ist wichtig, aktiv zu sein, sich aber nicht zu überfordern.

Während der Aktiv-Woche auf Mallorca stehen verschiedene Möglichkeiten von Wandern über Velofahren (E-Bike, Sportrad, Rennrad) bis zu Nordic Walking zur Verfügung. Alle Aktivitäten werden von kompetenten Leiterinnen und Leitern betreut. Durch die verschiedenen Leistungsklassen kann auf die individuellen Möglichkeiten Rücksicht genommen werden. Die Temperaturen sind ideal für sportliche Aktivitäten.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung und eine aktive Woche auf Mallorca.
Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew (SVMB)



Leiterteam aus den Vorjahren

Aktivferien auf Mallorca 2024

Reisedatum Sonntag, 17. März bis Samstag, 23. März 2024

Frühbucherrabatt Bei Buchungen bis 31. Oktober 2023 gewähren wir eine Preisreduktion von CHF 250 pro Person (Preise siehe Anmeldetalon).

Angebot 7 Tage/6 Nächte

Preis pro Person	für Mitglieder SVMB*/ Rheumaliga*/SMCCV*	für Nichtmitglieder
Doppelzimmer	ab CHF 1500	ab CHF 1800
Einzelzimmer	ab CHF 1600	ab CHF 1900

*** Bedingungen Mitgliederpreis**

Dieser Tarif gilt nur, wenn mindestens eine Person pro Zimmer seit dem Jahr 2022 oder länger Mitglied der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew, der Rheumaliga Zürich, einer anderen kantonalen/regionalen Rheumaliga, einer nationalen Patientenorganisation der Rheumaliga Schweiz oder von Crohn Colitis Schweiz (SMCCV) ist. Nichtmitglieder und Neumitglieder ab 1.1.2023 in einem separaten Zimmer bezahlen einen Aufpreis von CHF 300.

TeilnehmerInnen

- Mitglieder der Schweizerischen Vereinigung Morbus Bechterew und Angehörige
- Mitglieder der Rheumaliga Zürich, einer anderen kantonalen/regionalen Rheumaliga oder einer nationalen Patientenorganisation der Rheumaliga Schweiz und Angehörige
- Mitglieder von Crohn Colitis Schweiz (SMCCV) und Angehörige

Inbegriffen

- Flug mit Swiss: Zürich–Palma de Mallorca–Zürich (inkl. Hoteltransfers)
- 6 Übernachtungen im neu renovierten Hipotel Mediterraneo★★★★ in Sa Coma, Halbpension
- Bewegungsprogramm nach Wahl: Velo fahren (Sportrad, Rennrad, E-Bike: Zuschlag CHF 60), Wandern oder Nordic-Walking/Wassergymnastik (siehe Detailangaben)
- Ausflug am Ruhetag
- Nicht inbegriffen ist eine Tourismusabgabe von ca. € 5 pro Woche, die im Hotel vor Ort bezahlt werden muss.

Anmeldung, Auskunft und Organisation

Bitte senden Sie den Anmeldetalon so bald wie möglich an die SVMB. Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Das Anmeldeformular ist online abrufbar unter:
→ www.bechterew.ch/events oder kann bei der SVMB bestellt werden.
Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew, Leutschenbachstr. 45, 8050 Zürich
Tel. 044 272 78 66, reisen@bechterew.ch

Reiserücktrittsbedingungen

Die Anmeldung ist verbindlich. Bei Annullation der Reise werden folgende Kosten erhoben: bis 31.10.2023: CHF 200, bis 31.1.2024: CHF 500, ab 1.2.2024: gesamter Betrag der gebuchten Reise. Die SVMB bietet keine Reise- und Annullierungsversicherung an, dies ist Sache der Teilnehmenden.

Hipotel Mediterráneo★★★★
neu renoviert

Ab CHF 1250
pro Person im Doppelzimmer
inkl. Frühbucherrabatt



Aktiv-Programm nach Wahl

1. Tag		**Anreise** Abflug um 12.05 Uhr von Zürich nach Mallorca, Hoteltransfer, Ankunft und Zimmerbezug Information der Gruppenleiter	
2. + 3. Tag		**Geführte Velotouren**	4–5 Std. pro Tour
		**Geführte Wanderungen**	4–5 Std. pro Tour, diverse Ausgangspunkte (Transfer mit Bus)
		**Nordic Walking**	Aufladeübungen Aquawell – das Wassertraining Entspannungsübungen
4. Tag		**Es wird ein gemeinsames fakultatives Ausflugsprogramm angeboten.**	
5. + 6. Tag		**Geführte Velotouren**	4–5 Std. pro Tour
		**Geführte Wanderungen**	4–5 Std. pro Tour, diverse Ausgangspunkte (Transfer mit Bus)
		**Nordic Walking**	Aufladeübungen, Aquawell – das Wassertraining Entspannungsübungen
7. Tag		**Abreise** Transfer zum Flughafen und Rückflug nach Zürich (Ankunft um ca. 14.30 Uhr)	

Zu beachten: Helmpflicht auf den Velotouren. Auf Anfrage können Nordic-Walking-Stöcke zur Verfügung gestellt werden. Die SVMB bietet keine Reise- und Annullierungsversicherung an, diese ist Sache der Teilnehmenden.