

Intensivkurs in Lenk 19. – 25. September 2010



Hotel Wildstrubel in Lenk

Das Hotel wurde kürzlich renoviert und hat ein neues rustikales Restaurant, einen neu gestalteten Aufenthaltsraum mit Hotelbar und Kamin-Ecke. Zahlreiche Hotelzimmer wurden ebenfalls neu renoviert und möbliert.

Leitung: Silvia Hochstrasser

Zielpublikum: Hörbehinderte, spezielle Gruppe für Ertaubte
In der **Ertaubtengruppe** wird besonders auf die Bedürfnisse und Wünsche der Ertaubten eingegangen.

Kursinhalt

Täglich finden vormittags drei Lektionen und abends eine Lektion in **Verständigungstraining** statt, davon eine Lektion in Atemschulung, Bewegen – Entspannen.

Atemschulung, Bewegen – Entspannen: Dauernde Anspannung, der die Hörbehinderten durch das stete konzentrierte Hinhören ausgesetzt sind, kann zu Verspannungen, Fehlhaltungen, unkoordinierter Atmung oder zu nervösem Verhalten führen. Diese bauen wir unter der Anleitung von einer Atempädagogin mit gezielten Atem- und Bewegungsübungen ab, was zu grösserem Wohlbefinden und Lebensfreude führt.

Täglich werden auch **Gleichgewichtsübungen** gezeigt. Diese Lektionen sind freiwillig. Der Gleichgewichtssinn dient zur Feststellung der Körperhaltung und Orientierung im Raum. Er hat sein Zentrum im Gleichgewichtsorgan im Innenohr und Kleinhirn. Der Gleichgewichtssinn ist aber auch eng mit den Augen und anderen Sinnen sowie mit Reflexen verbunden. Mit gezielten Übungen wird das Gleichgewicht trainiert und stabilisiert.

Unterkunft

Das Hotel mit angenehmem Komfort liegt in ruhiger Lage in der Nähe des Bahnhofs. Freie Benutzung des Hotelhallenbades und der Wellness-Oase mit finnischer Sauna, Dampfbad, Odorium, Kneipp, Erlebnisdusche und Ruhezone sowie Bademantel. Der 5-Uhr-Tee mit Kaffee und Kuchen ist inbegriffen. Zum Zentrum sind es nur wenige Minuten Fussweg.

Kosten pro Person (Kurskosten inkl. Unterkunft und Vollpension)

Zimmerkategorien:

A Doppelzimmer mit Dusche/WC	Fr. 630.--
B Einzelzimmer mit Dusche/WC	Fr. 730.--
Kosten für Nichtmitglieder von pro audito	plus Fr. 50.--

Es hat noch freie Plätze! Melden Sie sich an! Wir freuen uns auf Sie!
pro audito schweiz, Feldeggstrasse 69, 8032 Zürich
Tel. 044 363 12 00 oder per e-mail silvia.willi@pro-audio.ch