



L'ENVOL VERS SHANGRI-LA – FLUG NACH SHANGRI-LA

- Sport Handicap Freiburg organisiert viele sportliche Aktivitäten. Alle von ihnen haben einen sehr hohen Wert, der mit der Überwindung von sich selbst und kollektiver Anstrengung verbunden ist.
Rando - Wandern 3000 hat den Berg als Sportplatz übernommen. Ein Sportplatz, der schwer zu kontrollieren, manchmal gefährlich, aber immer faszinierend ist.
Der Berg spornt uns dazu, nach oben zu schauen. Für einige ist er wie eine Droge, und erlaubt uns, unsere Grenzen kennenzulernen.
Der Berg betrügt nicht. Jedem seine eigene Herausforderung, eine persönliche Herausforderung, die nicht ohne eine kollektive und gemeinsame Anstrengung erreicht werden kann.
David: "Der Berg erlaubt es mir, die positiven Gefühle, die ich als Kind erlebt habe, wieder zu entdecken, mich selbst zu übertreffen und Erfahrungen der Solidarität in einer Gruppe zu machen".
Blandine: "Ich habe viel Spaß daran, in die Berge zu kommen. Ich fühle mich gut, in der Natur, ich muss alles geben und es gefällt mir."
Sylvie: "Das Wandern in den Bergen erlaubt es mir, den Menschen um mich herum zu zeigen, was ich tun kann".
- Das Team von Wandern 3000 ist zwischen La Valsainte und La Berra in den Freiburger Voralpen "auf den Wolken" gelaufen. 35 Wanderer genossen in der vor winterlichen Stimmung einen strahlenden Sonnenschein. Was für ein Vergnügen!!!!!!!!!!!!!!



18 novembre 2018, La Berra

- **Rendez-vous im "Fribourg Centre" am 13. Dezember 2018 von 16.30 bis 21.00 Uhr vor dem Ochsner Sports Store, um die köstlichen Fondues von Urs Kolly zu degustieren und zu kaufen und damit die Reise des Rando Wandern 3000 nach Nepal zu unterstützen.**



Behindertensport Schweiz
Sport Handicap Suisse
Sport Handicap Svizzera

RAIFFEISEN



UNE MARQUE DE LA SOCIÉTÉ MEDIA F SA



**OCHSNER
SPORT**



LIEBHERR