

# Agenda

28.05.2025

25.06.2025

30.07.2025

27.08.2025

📍 Chur



## Monatlicher Bowling-Treff

Der Bowling-Abend findet am **letzten Mittwoch des Monats von 18.30 bis 20.30 Uhr** im Bowling-Center Chur (BCC) im Einkaufscenter City West statt. Wir starten pünktlich um 18.30 Uhr und bitten daher alle Teilnehmenden, frühzeitig vor Ort zu sein, damit wir die Bahnzuteilung vornehmen und dann mit dem gemeinsamen Bowling-Plausch beginnen können. Am Anlass können auch Mitglieder teilnehmen, welche nur einen geselligen Abend verbringen möchten.

Die Leitung des Treffs liegt bei Corinne Aeberhard, die von verschiedenen weiteren ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern unterstützt wird.

Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung erforderlich.

**Kosten:** Aktiv- und Solidarmitglieder gratis, Nichtmitglieder Fr. 10.–.

Die Getränke bezahlt jeder selbst. **Infos und Anmeldungen:** Geschäftsstelle Procap Grischun, 081 253 07 07 oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch).

28.05.2025

25.06.2025

30.07.2025

27.08.2025

📍 Klosters



## Spieltreff in Klosters Platz

In Klosters Platz findet ein monatlicher Spieltreff, organisiert von der Regionalstelle Davos Prättigau, statt. Alle Aktiv- und Solidarmitglieder sowie natürlich auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Eine regelmässige Teilnahme an den Spieltreffs ist erwünscht. Die Leitung übernimmt Josefine Schmid. **Ort:** Altersheim Klosters, Talbachstrasse 4, 7250 Klosters Platz; **Zeit:** 14.00 bis 17.00 Uhr; **Wann:** Jeweils am letzten Mittwoch im Monat. **An- und Abmeldungen** nimmt die Spielleiterin Josefine Schmid gerne entgegen, 079 287 30 16.

14.06.2025

Chur 

Ich trainiere  
für den  
Sommer im  
Felsen.

Es macht  
mir Spass.

# Kletterkurs für Menschen mit Behinderung

Ich komme,  
weil es  
cool ist.

Alle Eigenschaften, die einen guten Kletterer ausmachen wie Mut, Selbstvertrauen und Willensstärke, sind einem behinderten Menschen nicht fremd. Klettern und Behinderung sind erwiesenermassen kein Widerspruch. Körpergefühl, Koordination, Gleichgewicht und Kraft, ebenso wie Überwindung und Selbsteinschätzung – Eigenschaften, die in kaum einer Sportart so

intensiv gebraucht und trainiert werden. Procap Grischun bietet einen monatlichen inklusiven Kletterkurs speziell für Menschen mit Behinderung an. Unser Ziel ist es, eine unterstützende und zugängliche Umgebung zu schaffen, in der jeder die Freude am Klettern entdecken kann. Der Kletterkurs bietet eine grossartige Gelegenheit, die eigenen Fähigkeiten zu stärken, neue Herausforderungen anzunehmen, Erfolgserlebnisse zu erleben und gemeinsam mit Gleichgesinnten eine aktive Zeit zu verbringen. Die bestehende Klettergruppe mit Laura, Ivan und Andres freut sich auf neue «Mitkletterer».



TeilnehmerInnen an der Kletterwand.  
Foto: Procap Grischun

**Termine:** jeden dritten Mittwoch im Monat, das ganze Jahr über; **Ort:** Ap'n Daun, Pulvermühlestrasse 8, Chur; **Dauer:** 18.30 bis 20.00 Uhr; **Ausrüstung:** Kletterausrüstung wird gestellt; bequeme Sportkleidung wird empfohlen; **Kosten:** Aktiv- und Solidarmittglieder Fr. 30.– pro Abend, Nichtmitglieder Fr. 40.–. **Anmeldung und Infos:** Geschäftsstelle Chur unter 081 253 07 07 oder [www.procapgrischun.ch](http://www.procapgrischun.ch)