



## WEEK-END THERAPEUTIQUE ET SPORTIF

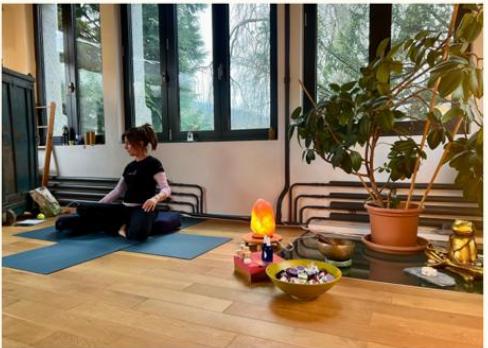
Les 20–21 juin prochain dans la région d'Emosson-  
Nuit et repas compris à la Casita à Giétroz

Co-voiturage depuis Cornaux

Prix : 380.-

Renseignements et inscriptions:  
[sidonie.th@sunrise.ch](mailto:sidonie.th@sunrise.ch) / tél 078 647 51 24





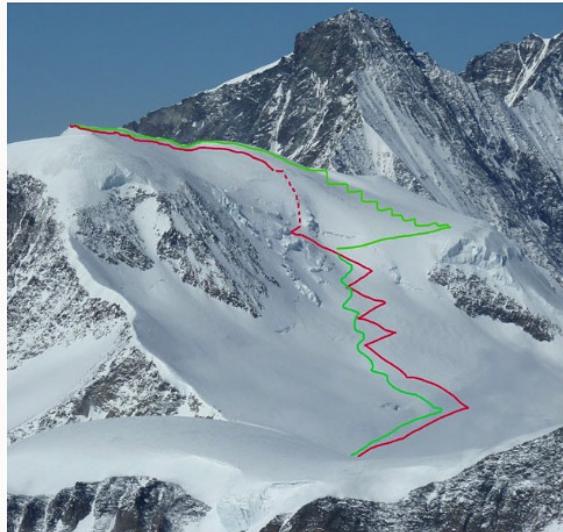
## LES WEEK-ENDS THERAPEUTIQUES ET SPORTIFS

Vivre des moments inoubliables, prendre de la hauteur, se dépasser, partager, ressentir, se détacher du quotidien, renforcer sa confiance en soi, respirer, oser!

Prochaine date :  
20-21 juin 26 Emosson/VS

Plus d'infos:  
[sidonie.th@sunrise.ch](mailto:sidonie.th@sunrise.ch)





# OBJECTIF 4000

Envie de te Challenger en  
gravissant un des 4000 des Alpes ?

LES 19-20 SEPTEMBRE 2026

## Ascension de l'Alphubel

Au menu :

Samedi 19.09 : montée à la Täschhütte  
(2700m) depuis Täsch. 500 m d'ascension.

Dimanche 20.09 : Ascension de l'Alphubel,  
1500m de montée sur glacier.  
Puis descente jusqu'à Täsch, env. 2000m

Séjour encadré par un guide ASGM et thérapeute

Coût: 420 frs  
Le prix ne comprend pas: la nuit en démi-pension,  
l'équipement ni le pique nique.

Renseignements et inscriptions : [sidonie.th@sunrise.ch](mailto:sidonie.th@sunrise.ch)  
Ou par téléphone au : 078 / 647 5125  
[www.psycorporelle.com](http://www.psycorporelle.com)