



Velkommen til Albir
25.10-8.11
Parkinson tematur

Bli med til solfylte Albir, Costa Blanca, på en innholdsrik tur med trening, velvære, utflukter og aktiviteter i samarbeid med FYSIAKOS. Vi bor meget sentralt på Kaktus Hotel ved strandpromenaden. Oppholdet innbyr til flere treningsmuligheter. Du bestemmer selv hva du ønsker å være med på. BIG Trening, Boksetrening, Pilates/yoga. Flotte trimturer. Flere aktiviteter også for ledsagere/ pårørende. Eller kanskje bare nyte godt selskap i deilig klima? Vår reiseleder og representanter fra Fysiakos ønsker dere varmt velkommen.



Kaktus Hotel ligger vakkert til i Albir med gangavstand til det meste som Albir har å by på. Det er kort avstand til nærliggende butikker og restauranter. De fleste rommene har delvis havutsikt med unntak av noen enkelte rom som er handicap/rullestol vennlige. Daglig frokost og middags buffet er inkludert i reisens pris. Norskeide Fysiakos arrangerer trening og behandling, for de som ønsker det. Helsereiser har arrangert reiser til Costa Blanca i drøye 30 år. Våre lokalkjente reiseledere arrangerer aktiviteter, utflukter og sosiale sammenkomster, så å si daglig.

Pris per person:

I delt dobbeltrom kr. 25 650
Tillegg enkeltrom kr. 4 650

Reisen er spesielt tilrettelagt for gjester med Parkinson diagnose, men alle er velkommen til å være med.

Alle som reiser må være selvhjulpne, eller ha med ledsager.

Albir er godt tilrettelagt for gjester med gangbesvær og el. scooter og andre hjelpemidler kan leies i Albir.

Tilbud om fysikalsk behandling med HELFO refusjon.

Reisen inkluderer:

- ✓ Flyreise fra Oslo – mulig tillegg fra andre byer som Bergen, Stavanger, Haugesund, Trondheim
- ✓ Bagasje og håndbagasje på flyreisene
- ✓ Transfer flyplass-Hotel Kaktus T/R
- ✓ 14 overnattinger med halvpensjon (frokost og middag) . .
- ✓ Pilates, Yoga, BIG , Boksetrening med hansker og som beskrevet i programmet.
- ✓ Spaserturer, foredrag, hagefest med mat, drikke og underholdning
- ✓ 24 timers service
- ✓ Helsereisers reiselederservice og bistand fra Fysiakos

Les mer om Fysiakos her: [Forside - Fysiakos](#)

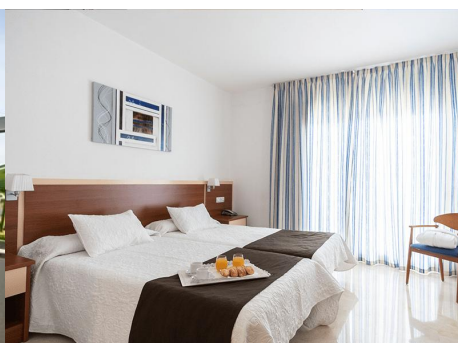


Praktisk informasjon Helsecamp med NRF Rogaland Sun Palace Hotel & Spa 18-25 oktober

Hotellrommene er relativt store og har to separate senger (105 brede), eller en kingsize dobbeltseng. Bad med dusj i badekar og hårføner. (vi har noen få rom kun med dusj, på forespørsel). Kjøleskap/minibar, gratis WIFI, klimaanlegg. Balkong med utemøbler. TV med internasjonale kanaler. Safe og romservice. Vannkoker kan som regel lånes i resepsjonen mot depositum.

Hotellet ligger 600 meter fra Albir stranden. Det er gratis shuttle buss til Albir flere ganger i løpet av dagen. Gratis tilgang til hotellets treningsrom. Daglig inngang til hotellets varmtvannsbasseng om morgen, er inkludert mandag-torsdag

Buffet restaurant hvor vi spiser frokost. Kafeteria for lettere måltider og / eller drikke.



Ønsker du fysikalsk behandling i løpet av oppholdet, samarbeider vi med det norske, og vel anerkjente, Manuellterapeuten i Albir. Terapeutene er godkjente av Helfo for eventuell refusjon. Ved bestilling gir du beskjed hvis du ønsker fysikalsk behandling i løpet av oppholdet. Behandlingen vil enten foregå på deres klinikk i Albir, eller på Sun Palace.



Betaling: Depositum, kr 2 500 per person, forfaller 7 dager etter bekreftet bestilling. Restbeløp forfaller cirka 9 uker før avreise.

Når du kjøper en pakkereise hos Helsereiser er du beskyttet av Pakkereiseloven som gir deg vesentlig bedre rettigheter enn om du bestiller fly og bosted på egen hånd.

Her er informasjon og reisevilkår som gjelder for våre reiser.

<https://www.helsereiser.no/images/informasjon-om-pakkereiser.pdf>

Kontakt Eli Apell hos NRF Rogaland for bestilling/spørsmål :
Eli.apell69@gmail.com 916 04 996



Helsereiser

www.helsereiser.no

Tel: 23 00 12 60

helsereiser@travelnet.no

