



PARASPORT

/VÄSTRA GÖTALAND



Höstlovs kul med Västra Götalands Parasportförbund

Vecka 44 är det Höstlov i VG Regionen. Vi vill därför bjuda in intresserade personer (med någon typ av Rörelse, Syn- & el Intellektuell/kognitiv Funktionsnedsättning) i skolålder 7 år & uppåt /som har höstlov - till diverse olika kostnadsfria Höstlovsparaaktiviteter. Aktiviteterna håller vi antingen i själva eller tillsammans med våra Paraidrottsföreningar & samverkansparter.

1. Prova på Frameskate med Swe Sport på Rudalen

Dag: **måndagen den 28 oktober**

Tid: kl 13.00-15.00 (MAX 25 personer)

Plats: [Musikvägen 55, 42139, GBG](#)

Klädsel: Varma kläder; skor, vantar, mössa mm



Anmäl ert intresse att delta i aktiviteten i ett mail till mig Stina senast torsdagen den 24/10-24. På passet kan MAX 25 personer delta – så först till kvarn med anmälan. Med Swe Sport kommer du få testa på att köra Frameskate (Hjälm, Broddar & Frameskates kommer finnas på plats). Frameskating innebär att personer i alla åldrar som ev har funktionsnedsättning på rörelseapparaten, balansproblematik eller en rädsla att falla, kan vara med i den typen av skridskoverksamhet. Ingen tidigare erfarenhet krävs.

2. Prova på Rörelseträning & Danslek med "Landa" i Pjäshallen

Dag: **tisdagen den 29 oktober**

Tid: Pass 1 kl. 10.00-11.00 Pass 2 kl 11.00-12.00 (MAX 5 pers/pass)

Plats: [Pjäshallen, Övre kaserngården 8](#)

Klädsel: Mjuka, lätttröliga plagg, inomhusskor (gymnastiskskor)



Anmäl ert intresse att delta i aktiviteten i ett mail till mig Stina senast torsdagen den 24/10-24. På Pass 1 kl. 10.00-11.00, Pass 2 kl. 11.00-12.00 kan MAX 5 pers/pass delta – så först till kvarn med anmälan. Kom ihåg att anmäla vilket av pass 1 & 2 ni vill delta på! Med Landa gänget får du prova på Danslek & Rörelseträning utifrån dina förutsättningar! Anpassat material/förutsättningar att med inspiration från sport, träning & dans röra på oss tillsammans, där målet att på olika sätt öva att just Landa mjukt/ha kul. Ingen tidigare erfarenhet krävs.

3. Prova på Tennis med Svenska Tennisförbundet i Pjäshallen

Dag: **onsdagen den 30 oktober**

Tid: Pass 1 kl. 10.00-11.00 Pass 2 kl 11.00-12.00 (MAX 10 pers/pass)

Plats: [Pjäshallen, Övre kaserngården 8](#)

Klädsel: Mjuka, lätttröliga plagg, inomhusskor (gymnastiskskor)



Anmäl ert intresse att delta i aktiviteten i ett mail till mig Stina senast torsdagen den 24/10-24. På Pass 1 kl. 10.00-11.00, Pass 2 kl. 11.00-12.00 kan MAX 10 pers/pass delta - så först till kvarn med anmälan. Kom ihåg att anmäla vilket av passen 1 & 2 ni vill delta på!

4. Prova på Casting med Svenska Castingförbundet i Pjäshallen

Dag: **torsdagen den 31 oktober**

Tid: Pass 1 kl. 10.00-11.00 Pass 2 kl 11.00-12.00 (MAX 8 pers/pass)

Plats: [Pjäshallen, Övre kaserngården 8](#)

Klädsel: Mjuka, lätttröliga plagg, inomhusskor (gymnastiskskor)



Anmäl ert intresse att delta i aktiviteten i ett mail till mig Stina senast torsdagen den 24/10-24. På Pass 1 kl. 10.00-11.00, Pass 2 kl. 11.00-12.00 kan MAX 8 pers/pass delta - så först till kvarn med anmälan. Kom ihåg att anmäla vilket av passen 1 & 2 ni vill delta på! Med Castingförbundet får du prova på Casting & uppleva känslan av det perfekta kastet – gillar du att fiska eller bara ha kul med spö, då är detta något för dig. Ingen tidigare erfarenhet krävs.

Kontakta: Stina Vikström Idrottskonsulent på Parasport VG/GBG kontoret **Vid eventuella frågor/anmälan;** stina.wikstrom@parasport.se eller på tfn: 031-43 22 56 alt 0760-223076