

Har du en funktionsnedsättning av fysisk,
psykisk eller intellektuell funktionsförmåga?

Till hösten 2026 startar

PARASPORT SCHOOL



VAD?

Prova på olika idrotter under 9 veckor i din kommun

NÄR?

Hösten 2026.

Torsdagar 17-18 & 16-17. Uppstartsträff V.39

HUR?

Det är gratis, anmäl intresse så kommer mer information

Du kommer att få testa på dessa idrotter:

E-CYKLING tillsammans med Hjo Velocipedklubb

E-cykling är en aktivitet där deltagarna tränar på en stationär cykel samtidigt som de följer en digital bana på en skärm. Motstånd, tempo och upplägg kan anpassas efter varje deltagares förutsättningar, vilket gör att alla kan vara med på sina egna villkor. E-cykling förbättrar kondition, styrka och uthållighet och kan utövas både individuellt och i grupp, oavsett väder eller årstid. Aktiviteten anpassas så att alla kan vara med.

[LÄS MER OM E-CYKLING HÄR](#)

BOWLING tillsammans med Hjo Bowlingklubb

Bowling är en rolig precisionsidrott där du rullar klot för att träffa och fälla käglor. Du tränar träffsäkerhet, teknik och fokus samtidigt som du spelar i ett härligt tempo. Spelet passar många och kan anpassas med hjälpmedel vid behov.

[LÄS MER OM BOWLING HÄR](#)

Vill din förening vara med
framöver?

Hör av er till Projektledare Kim
Sidefalk

BOULE tillsammans med Sällskapet Boule Hjo

Boule är en social och lättillgänglig idrott där du kastar klot och försöker placera dem så nära målkulan som möjligt. Du utvecklar precision, strategi och tålamod samtidigt som du spelar tillsammans med andra. Spelet kan anpassas efter olika behov och nivåer.

[LÄS MER OM BOULE HÄR](#)



INTRESSEANMÄLAN

SCANNA QR-koden eller följ
LÄNKEN för att anmäla ditt
intresse



kontaktperson:

Hanna Nordlöf, 0503-354 57
hanna.nordlof@hjo.se

För mer information kontakta Projektledare:

Kim Sidefalk, 070-606 62 18
kim.sidefalk@rfsisu.se