

Idrett for funksjonshemmede

Møre og Romsdal, Sør-Trøndelag og Nord-Trøndelag

Nyhetsbrev DESEMBER 2016 *(fint om denne infoen kan spres videre)*

Vi ønsker alle en riktig god jul og et godt nytt år.



Sittende volleyball i Trondheim

Lyst til å spille sittende volleyball i Trondheim og samtidig bli med ei et fantastisk miljø? NTNUI har startet opp et tilbud og vil gjerne at flere kommer og prøver! Treningene er hver torsdag i Dragvoll idrettssenter kl. 16-1730. Kontaktperson: Julie Sæther (midt på bildet), e-post: juliecarol1@hotmail.com



- Ha det gøy med oss

Bergsøy IL på Sunnmøre er godt i gang med sitt nye håndballtilbud for utviklings-hemmede. Og klubben har fortsatt plass til flere spillere.

- Vi håper flere tar kontakt for å prøve ut denne flotte idretten, sier trener Stig Vestnes (bildet) som kan kontaktes på e-post stig.vestnes@stigv.no og mobil 9502 9613.



Ønsker du en oversikt over hvilke håndballklubber i Midt-Norge som har tilbud til utviklingshemmede? Ta kontakt med Eva Skei i Norges Håndballforbund på e-post: eva.skei@handball.no



Mange populære fotballtilbud

I Trøndelag og Møre og Romsdal er det mange fotballklubber som har tilbud for utviklingshemmede.

Ønsker du en oversikt over hvilke fotballklubber i Midt-Norge som har tilbud til utviklingshemmede? I Trøndelag: Ta kontakt med Tommy Bang-Larssen i Trøndelag fotballkrets på e-post: Tommy.Bang-Larssen@fotball.no

I Møre og Romsdal: Ta kontakt med Per-Einar Johannessen på e-post: pej@idrettsforbundet.no

Alpinsamling for bevegelseshemmede i Molde lørdag 14. januar 2017

Møre og Romsdal skikrets i samarbeid med Møre og Romsdal idrettskrets/ Norges idrettsforbund inviterer til alpindag (sitski) for bevegelseshemmede (nybegynnere og de med erfaring) med også utprøving av hjelpemidler i [Tusten skisenter](#) i Molde lørdag 14. januar 2017 kl. 10.00–1600. Representanter fra hjelpemiddel-leverandør og NAV hjelpemiddelsentralen Møre og Romsdal vil være til stede på dagen.



Instruktører kan bistå med tips, råd og veiledning av valg av utstyr, tilpasninger og kjøreteknikk.

Deltakelsen er gratis, men det må betales for heiskort en hel dag på kr. 200 (nedre heis). Samme pris for familie og venner. Ledsagere med ledsagerbevis får kjøre gratis. Ledsagere må ta med eget utstyr eller leie fra skisenteret. Keycard på kr. 75 (for de som ikke har det) kommer i tillegg. Kafe og HC-toalett.

Påmelding og spørsmål om alpindagen sendes til Stig Aambø, adm.sjef i Møre og Romsdal skikrets, på e-post: stig.aambo@skiforbundet.no (oppgi navn, fødselsdato og type funksjonsnedsettelse på deltaker, samt navn, mobil og e-post på eventuell ledsager). Oppgi om deltaker har med eget utstyr eller ikke.



Påmeldingsfrist: 7. januar 2017.

Program for dagen:

Kl. 1000:	Oppmøte (i kafeen). Kort om dagen.
Kl. 1045-1230:	Utprøving
Kl. 1230-1330:	Lunsj/pause.
Kl. 1330-1530:	Utprøving
Kl. 1530-1600:	Oppsummering/ tilbakemelding. Veien videre. Kan vi få etablert et sitskimiljø som ønsker å møtes flere ganger?

Kick-Off skitrening for syns- og bevegelseshemmede i Trondheim 11. januar 2017

Sør-Trøndelag skikrets inviterer syns- og bevegelseshemmede (både sittende og stående) fra 12 år og eldre til å bli med på faste treninger i Granåsen i Trondheim i vinter.



Oppstart / kick-off:

Onsdag 11. januar 2017 kl. 1800.

Sted: Toppidrettssenteret i Granåsen (Rodal-salen).

Program: Kl. 1800-1830: Informasjon. Kl. 1840-2000: Treningsøkt.

Foruten trenere og representant fra skikretsen, vil også Anne Ragnhild Kroken fra Norges Skiforbund og Yvette Hoel fra Olympiatoppen Midt-Norge være til stede på kick-offen.

Påmelding: Innen 8. januar 2017 på e-post til Kari M. Sylten: kari.m.sylten@gmail.com eller mobil 909 93 640. Spørsmål om tilbudet stilles også Kari M. Sylten.

For mer informasjon: Søk opp «Team Skiglede» på Facebook og send en forespørsel om å bli med i gruppen.



Funksjonshemmede og vinteridrett Gratis temadag onsdag 11. januar i Trondheim

Norges skiforbund og Sør-Trøndelag skikrets i samarbeid med Norges idrettsforbund inviterer fysio- og ergoterapeuter, lærere, studenter, trenere, ledere og andre interesserte til en gratis temadag onsdag 11. januar 2017 kl. 1300-1500 med søkelys på vinteridrett for funksjonshemmede.

Sted: Granåsen i Trondheim (Toppidrettssenteret - Olympiatoppens lokaler).

Program:

Kl. 1300: Velkommen.

Kl. 1302-1307: Hvilke idrettstilbud generelt finnes for funksjonshemmede i Trondheim?

Kl. 1307-1312: Toppidrett – hvordan følges lokale funksjonshemmede utøvere opp?

Kl. 1312-1350: Verdt å vite om fra skiforbundet.

Kl. 1400-1500: Hvilke type utstyr passer best i forhold til langrennspigging?

Praksis økt ute i Granåsen-anlegget.

Påmeldingsavgift/påmelding: Gratis. Påmelding til: Per-Einar Johannessen, e-post: pej@idrettsforbundet.no, mobil 924 02 803 (oppgi navn, e-post, mobil og stilling/funksjon)

Påmeldingsfrist: Mandag 9. januar 2017.



Enkeljympa tar av i Molde

I klubben Friskis & Sveltis i Molde har enkeljympa vært ukas høydepunkt for mange utviklingshemmede i flere år. Det populære tilbudet har i dag rundt 30 deltakere. - Vi trener på Bergmo ungdomsskole fra kl. 1800 på tirsdager. Vi har plass til flere, og det er alltid kjekt med nye som kommer til oss. Vi har deltakere fra flere kommuner, sier instruktør Lise Strand. Lyst til å prøve enkeljympa? Ta kontakt med Lise Strand på e-post: lisestrand@msn.com



Boccia i flere klubber

I Trøndelag og Møre og Romsdal er det flere klubber som har bocciatilbud. Boccia er også fortsatt en av de største idrettene for funksjonshemmede i Norge. Lyst til å prøve boccia? Ta kontakt med Eli Birkeland i Norges Fleridrettsforbund på e-post: eli.birkeland@nif.idrett.no Les mer om boccia på www.fleridrett.no

Ønsker du en oversikt over idrettstilbud for funksjonshemmede i ditt fylke?

Eller hjelp til å komme i gang med et tilbud i ditt idrettslag? Eller tilbud om kurs? Eller lurer du på noe annet? Kurs, seminar, arrangementer? Søke midler? Ta kontakt med fagkonsulent Per-Einar Johannessen i Norges idrettsforbund på e-post: pej@idrettsforbundet.no eller mobil 924 02 803 (På bildet: Rullestolrugby i Trondheim)



Nyheter om idrett for funksjonshemmede i Norge

Ønsker du å holde deg oppdatert om idrett for funksjonshemmede i Norge?

Det legges nesten daglig ut nyheter (breddeidrett og toppidrett) på www.facebook.com/idrettfunksjonshemmede

Se også www.olympiatoppen.no/paralypics (toppidrett).

Er du ute etter en spesifikk idrett? Se oversikt over særforbundene i norsk idrett på www.idrettsforbundet.no/funksjonshemmede (Klikk på «Kontakter»)

Nyhetsbrev idrett for funksjonshemmede i Trøndelag og Møre og Romsdal

Ønsker du å motta / ikke motta nyhetsbrev på e-post 6-8 ganger i året?

Meld deg på/av nyhetsbrevet på e-post: pej@idrettsforbundet.no mobil: 9240 2803