

Basistrening starter i Levanger

Dato/tid: Onsdager kl. 16.45-18.15. Sted: Care treningscenter, Halsanvegen 1.

Olympiatoppen Midt Norge sammen med fysioterapeut Gøril Sund starter **onsdag 23. september opp eget basistrenings-tilbud for syns- og bevegelseshemmede i Levanger.**

Denne treningen er både for de som allerede holder på med idrett og for de som ønsker å starte med en idrett.

Hensikten med basistrening:

- * Trening som ivaretar en helhetlig utvikling av utøveren.
- * Trening som er med på å bygge opp et allment fysisk grunnlag hos utøvere og som setter dem i stand til å absorbere og tåle trening.
- * Trening som har generell skadeforebyggende virkning.
- * En felles møteplass på tvers av idretter.



Påmelding/mer info:

Yvette Hoel, prosjektleder
paralympisk idrett og
fysioterapeut/basistrener.

Mobil: 9582 8555

E-post:

yvette.hoel@olympiatoppen.no

Kom og prøv paracurling i Trondheim

Norges curlingforbund og Trondheim curlingklubb inviterer til åpen trening **onsdag 30. september kl. 18.30-20.00 – i Leangen Curlinghall (Tungaveien 3 i Trondheim).**

Her blir det meget kyndig instruksjon fra både landslagsspiller og landslagstrener! Både nybegynnere og de som har spilt før er hjertelig velkommen.

For spørsmål og påmelding, ta kontakt med Geir Arne Skogstad på e-post: gaskogstad@gmail.com og mobil 9086 0968.

[Se invitasjonen til åpen trening.](#) Eller [Facebook.](#)

PS: Ta på varme klær både oventil og nedentil og varme sko.



Åpen dagssamling for syns- og bevegelseshemmede i Trondheim

Norges skiforbund inviterer i samarbeid med Norges skiskytterforbund til samling for syns- og bevegelseshemmede i Granåsen i Trondheim **torsdag 15. oktober** kl. 16-20. Alder: 10 år og eldre. Det er ingen krav til egenferdighet!

Program for samlingen:
1600-1730 Pigge/rulleski med mulighet for å skyte
1730-1900 Mat og informasjon/spørsmål
1900-2000 Basisøkt

For mer informasjon og påmelding til samlingen, ta kontakt med:
Anne Ragnhild Kroken
Mobil: 930 54 058
E-post: anne.kroken@skiforbundet.no



Nasjonal paraklatrersamling i Trondheim

Trondheim klatreklubb inviterer til nasjonal paraklatresamling **30. oktober til 1. november**. Samlingen er en breddesamling for alle paraklatrere.

Det blir trening, kanskje en liten konkurranse, hygge og klatreglede for alle!

[Les mer om den nasjonale klatresamlingen i Trondheim.](#)

(Foto: Dag Stuan)



Landsstevne i svømming

Tønsberg svømmeklubb står som arrangør av landsstevnet i svømming for utviklingshemmede **7.-8. november**.

[Les mer om landsstevnet i svømming.](#)



Barmarkssamling for utviklingshemmede

Norges skiforbund inviterer i samarbeid med Selbu IL og Peder Morset Folkehøgskole til barmarkssamling for utviklingshemmede i Selbu i **oktober** (dato ikke helt satt).

For spørsmål om samlingen, ta kontakt med Anne Ragnhild Kroken på e-post AnneRagnhild.Kroken@skiforbundet.no

Påmeldingsfrist: 30. september
Deltakeravgift: 250.-



Det vil ikke bli mulighet til å bo på folkehøgskolen for de som kommer tilreisende, så overnatting må ordnes på annet sted

Ønsker du en oversikt over paraidrettstilbud i ditt fylke?

Eller hjelp til å komme i gang med et tilbud i ditt idrettslag?
Eller tilbud om kurs?
Kurs, seminar, arrangementer?
Søke midler?
Eller lurer du på noe annet?

Ta kontakt med Per-Einar Johannessen, fagkonsulent paraidrett i Norges idrettsforbund på e-post: pej@idrettsforbundet.no eller mobil 924 02 803



Informasjon om paraidrett i Norge

Ønsker du å holde deg oppdatert på paraidrett (idrett for funksjonshemmede) i Norge? Det legges nesten daglig ut nyheter (breddeidrett og toppidrett) på www.facebook.com/paraidrett
Se også [Olympiatoppen](#) (toppidrett).

Fyldig informasjon om paraidrett i Norge på: www.paraidrett.no (kalender for kurs og arrangementer, kontakter, materiell, klassifisering, søke midler, aktivitetshjelpemidler, linker, hvordan komme i gang med idrett, kontaktskjema m.m.)

Nyhetsbrevet

Ønsker du å motta / ikke motta nyhetsbrev på e-post 4-6 ganger i året?

Meld deg på/av nyhetsbrevet på e-post:

pej@idrettsforbundet.no
mobil: 9240 2803