

Paradag 22. februar på Biri

Kom og prøv Rullestolrugby og basket!



Norges Rugbyforbund og Mjøsa Pikes i samarbeid med Innlandet Idrettskrets og Olympiatoppen Innlandet inviterer til en introduksjonsdag i rullestolrugby og rullestolbasket. Kanskje dette er noe for deg?

Hvem kan være med og hva skjer?

Dagen er rettet mot deg som har en bevegelsesnedsettelse, foresatte, søsken og andre interesserte som ønsker å få noe mer kunnskap rundt tilrettelegging av idrett og de muligheter man har med en funksjonsnedsettelse. Alder spiller ingen rolle. Vi har et mål om å kunne starte opp med regelmessige treninger innen rullestolrugby. I rullestolbasket er det allerede oppe et tilbud på Lillehammer. Dette kan dere få mer informasjon om denne dagen.

Opplegg for dagen

- | | |
|-------|--|
| 11.00 | Velkommen |
| 11.05 | Rugby og basket – teori |
| 11.35 | Innføring i rullestolrugby og rullestolbasket |
| 13.00 | Lunsj – spandert av rugbyforbundet |
| | - Info om paraidrett i innlandet v/Hilde Håkenstad |
| | - Info om Olympiatoppen sitt arbeid med paraidrett v/Mikko Kokslie |
| | - Foredrag med Torstein Aaneke, aktiv utøver som deltok i kjelkehockey i de Paralympiske leker i 2018 og primus motor i Mjøsa Pikes. |
| 14.00 | 2. økt med rullestolrugby og basket |
| 15.00 | Avslutning |



Sted: Biri, flerbrukshallen, Klomsteinrovegen 55

Dato: 22. februar / Tid: 11:00 – 15:00

Dagen er gratis

Påmelding: amundhagejordet@gmail.com

Spørsmål: amund: amundhagejordet@gmail.com eller Hilde: 93030525 / hilde.haakenstad@idrettsforbundet.no