

# Paralympisk samling

## 08. Februar 2018

Olympiatoppen Vest inviterer til samling torsdag 08.02.2018, fra klokken 16.30-20.00.

Før våre erfarne Paralympere skal kjempe for sine mål i PyeongChang, samles vi på Høgskolen på Vestlandet (HVL) - Kronstad. Kanskje noen starter sin reise mot et Paralympics akkurat her? ☺

Samlingen på HVL er for

- Alle med fysisk funksjonsnedsettelse og synsnedsettelse, som allerede driver med idrett eller kunne tenke seg å begynne med idrett
- Foresatte for barn med syns,- eller fysisk funksjonsnedsettelse
- Trenere og idrettslag, som har et tilbud for mennesker med funksjonsnedsettelse, eller ønsker å starte et

### PROGRAM:

16.30-16.40	<b>Velkommen</b> v/ <i>Cecilie Eriksen</i> , OLTV
16.40-17.00	<b>Mat og småprat</b>
17.00-17.30	<b>Ernæring</b> v/ <i>Elisabeth Birkeland</i> , Ernæringsfysiolog OLTV
17.30-18.15	<b>Inspirasjonsforedrag</b> v/ <i>Sarah Louise Rung</i> , PL svømmer
18.15-20.00	Parallele aktiviteter: <b>Aktivitet og trening</b> for utøvere
18.15 →	Parallele aktiviteter: <b>Diskusjon</b> for trenere, klubb og foresatte, ledet av <i>Michael Jørgensen</i> , OLTV
20.00	<b>Avslutning</b>

Aktivitetene ledes av Sarah Louise, Tommy Urhaug og OLTV sine teknikk/motorikk trenere. Treningen tilpasses - alle kan være med. De som har behov for ledsager i dagliglivet tar med seg ledsager. Har du med ledsager eller foresatte, må disse også melde seg på.

**SAMLINGEN ER GRATIS.**

Har du spørsmål? Ta gjerne kontakt ☺ [cecilie.eriksen@olympiatoppen.no](mailto:cecilie.eriksen@olympiatoppen.no)

Påmelding innen 05.02.18, til  
[cecilie.eriksen@olympiatoppen.no](mailto:cecilie.eriksen@olympiatoppen.no)

Møt i treningsklær, vi skal trene innendørs

