

Idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse - Paraidrett

Arrangement og tilbud vinter 2020

Samlinger/leirer/utprøvingsdager

Basistreningen for parautøvere i regi OLT Sør fortsetter på nyåret.
Lørdager 18.jan./ 15.febr./21. mars/ 18. april / 23.mai kl 10-13:00

Tilbudet er til deg med bevegelses- eller synsnedsettelse i alderen 13-25 år.

Nye deltakere er hjertelig velkommen!

Du kan også bli med på en prøvesamling.

Åpen for Alle en av de nevnte lørdagene.

Samlingene inneholder

- basistrening; styrketrening, kosthold, treningslære mm..
- felles lunsj
- temaer og foredrag fra OLTs fagpersoner.

Alt er gratis og betales av Olympiatoppen Sør i samarbeid med Stiftelsen VI.

Sted: Olympiatoppen Sør Spicheren-bygget Universitetsveien 1 Kristiansand

Kontaktperson: Gordon Crowe 926 11 227

HVORFOR IKKE PRØVE?? Be evt om å få tilsendt invitasjonen.



Vinteraktivitetsdag i Fidjeland skisenter

Lørdag 25. januar kl. 10:00 - 15:00

Fidjeland skisenter, Sirdal

Kom og prøv vinteraktivitetsutstyr; sitski, akeutstyr eller piggekjelke.

Gratis å kjøre for alle deltakere! Med ledsagerbevis, kjører ledsageren også gratis.

Ved behov for ledsager **må** en person som kan kjøre ski stille denne dagen.

Påmelding innen 15. jan. [her](#)

Vinteraktivitetsdag i Vegårshei skisenter

Onsdag 29. januar kl. 10:00-15:00 <https://www.vegarsheiskisenter.no/>

Her er deltakere fra hele Agder velkommen!

Terapeuter som har brukere som skal ha direkte utprøving, melder seg til NAV

v/ Nora Bastesen nora.bastesen@nav.no tlf 41 28 98 47 eller via kurskalenderen for info og påmelding [her](#)



Åpen snøsamling i langrenn og alpint for utviklingshemmede på Golsfjellet i Buskerud 20.-23. februar

Målgruppe: Utviklingshemmede 13 år og eldre som er interessert i å gå langrenn el kjøre alpint. Alle må kunne benytte seg av langrenns/alpinski og selv ha nødvendig utstyr.

Mer info [her](#) på nettsiden til Norges Skiforbund.

Påmelding 10. januar [her](#). For spørsmål kontakt

Anne Ragnhild Kroken anne.kroken@skiforbundet.no tlf 930 54 98



Terminliste over alle skiarrangement for funksjonshemmede i NSF [her](#)

Søndag 1. mars blir det Lions Leker på Vegårshei for de ski- og akeglade

Ridderuka 2020 Beitostølen 22. mars-03. april.

Info og påmelding [her](#)

Under Ridderuka inviterer samtidig Norges Skiforbund til en åpen

Miljøsamling 25.-29. mars for syns- og bevegelseshemmede 10-14 år.

Nybegynnere som mer erfarne er velkommen!

Se mer info [her](#). Påmeldingslinken åpner 5. januar.

For spørsmål kontakt Anne Ragnhild Kroken anne.kroken@skiforbundet.no tlf 930 54 98

Årets vintereventyr i Setesdals ved Nidarå Trekkhund klubb, blir 26. - 29. mars i Bykle.

For 45. gang inviterer Nidarå Trekkhund klubb barn, ungdom og voksne med bevegelseshemning eller synshemning på hundesledeturer innover Setesdalsheiene, med utspring Bykle hotell.

Tilbudet gjelder for aktuelle deltakere både fra både Aust- og Vest-Agder/Agder

Det legges opp til flott turer, og alle som kan gå på ski- går til tilfelles rasteplass.



Spørsmål rettes til turleder

Rigmor Johnsen m: 480 57 585 rigmor.d.johnsen@gmail.com Be om å få tilsendt brosjyre!

Kontaktinformasjon

Aust-Agder idrettskrets
370 60 800

Prosjektleder

(Leirsjef)

Karete Johansen

(karete.johansen@idrettsforbundet.no)



Kontor

Sør Amfi (Myra) 2. etasje
Betjent mandag-fredag 08:00-15:00

www.hovdenleiren.no

Et samarbeidsprosjekt med:

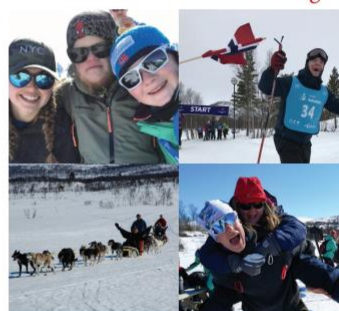


AUST-AGDER
FYLKESKOMMUNE



Hovdenleiren 2020

-en leir litt utenom det vanlige



29. mars. - 03. april



Friluftsrådet | Sør

For 34. gang arrangeres det vinteridrettsleir for utviklingshemmede f.o.m16 år på Hovden.
Deltakere fra hele Agder er velkommen til å søke!

Her er det masse moro, men også stor mestringsglede i alpinbakken, på snowboard, i langrennssporet eller i akebakken. Man besøker badeland, har generelle trimtilbud, og selvfølgelig dans og underholdning hver kveld!

Alt om leiren [her: www.hovdenleiren.no](http://www.hovdenleiren.no)

Vil du være med, så lurt å være snar!!



Hjelpemiddelmesse 2020

Sørlandshallen 24. april kl 10:00-17:00

Skien Fritidspark 25. april kl.10:00 - 17:00

Drammenshallen 27. april kl. 10:00 - 17:00



Om aktivitetshjelpemidler, hva/hvordan/hvorfor:

se: <https://www.youtube.com/watch?v=tbWf8VI8ekg>

ØVRIG INFORMASJON

Ønsker du oversikt over hvilke tilbud idrettslag har i fylket/din kommune?

Sjekk vår nettside her: <https://www.idrettsforbundet.no/idrettskretser/agder/para/>
Her ligger nylige oppdaterte oversikter under ulike faner. Den komplette ligger under «Lyst til å starte med idrett».

Trenger du/dere hjelp til å annonsere for et tilbud/arrangement for målgruppene?

Inntil videre ta kontakt med Ann Kristin Bruse i Agder idrettskrets.

E-post: annkristin.bruce@idrettsforbundet.no M: 916 32 976

Den 6. januar 2020 tiltrer det en ny paraiddrettskonsulent i Agder idrettskrets.

Karoline Midsundstad Storbukås fra Kristiansand.

Vi ønsker henne hjertelig velkommen!

Nåværende fagkonsulent Brit Ingebjørg Fossli går over i pensjonistenes rekke.

Informasjon om Paraidrett på nett i NIF:

Facebook <https://www.facebook.com/paraidrett/?fref=ts>

Hjemmeside: <https://www.idrettsforbundet.no/funksjonshemmede/>

