

**Kom og  
prøv!**

**Hvem er arrangør?**

Holmestrand VGS,  
Vestfold og Telemark  
idrettskrets i samarbeid  
med særforbund og  
idrettslag fra  
nærområdet, som bidrar  
med instruksjon.

**Hva er målet med  
dagen?**

Vi ønsker å gi flere barn,  
unge og unge voksne  
med et  
tilretteleggingsbehov, et  
innblikk i hvilke tilbud  
som finnes i  
Holmestrand, Horten og  
Tønsberg.  
Vi ønsker også å vise  
fram hvilket utstyr som  
kan gi flere mulighet for  
å drive med mer fysisk  
aktivitet i hverdagen.

Foreldre/foresatte  
oppfordres til å komme  
innom på denne dagen.

**ARRANGØRER**

NORGES  
IDRETTSFORBUND  
Vestfold og Telemark idrettskrets



Holmestrand VGS  
Linjene BUA & HEA



# INVITASJON

## Paraidrettsdag – Høyanghallen Torsdag 5.februar kl 09:30-12:30

Vi ønsker barn og unge 6-26 år velkommen på en  
idrettsaktivitetsdag!

Målet for dagen er at idrettsglede og mestringsopplevelser vil  
stå i fokus uavhengig av hvilken funksjonsnedsettelse  
deltakeren har!



### IDRETTSAKTIVITETER\*

- Basketball
- Boccia inkl renne
- Bordtennis
- Bowling inkl renne
- Fotball
- Frisbeegolf
- Håndball
- Innebandy
- Judo/kampsport
- Turn /Hinderløype
- Teppecurling

\*Med forbehold om noe endring i idrettstilbudet

**Det er registrering fra kl 09:00, og felles oppstart kl 09:30**

Vi serverer frukt, saft og kaffe - ta med matpakke.  
Det vil bli lagt til rette for de som har behov for stell.

Meld dere/deg på innen 30.januar  
**PÅMELDING** [HER](#) eller ta bilde av QR-koden



### Lurer du på noe?

Anne Katrine Aas (idrettskretsen)  
91 86 90 36, [annekatrine.aas@idrettsforbundet.no](mailto:annekatrine.aas@idrettsforbundet.no)