

Invitasjon til Basistrening på Energisenteret

Vil du være med på basistrening på Energisenteret for barn og unge?

Økten er for unge og unge voksne fra 12 år med fysisk funksjonsnedsettelse (eksempel godt fungerende CP, amputasjon, ryggmargsbrokk, dysmeli, kortvokst).

Treningen er en felles møteplass på tvers av ulike idretter, og en rekrutteringsarena for dem som ikke har funnet sin idrett.

Det er ingen krav til tidligere idrettserfaring.

Målsetting med basistreningen:

- Gi barn og unge grunnleggende motorisk trening
- Fysisk aktivitet er helsefremmende, samt forebyggende mot sykdommer og skader.
- Basistrening er en mestringsarena som kan være motiverende for å begynne med idrett
- Dette er en sosial arena hvor en treffer andre på tvers av idretter, miljø og funksjonsnedsettelse

Tidspunkt og sted: Torsdager klokken 17.00-18.00 på Energisenteret for barn og unge (Barne- og ungdomssykehuset på Haukeland).

Oppstart: 12.09.2019



Påmelding/mer informasjon:

Cecilie Eriksen, e-post

cecilie.eriksen@olympiatoppen.no

Ved påmelding ha med navn og alder.