

Har du en funktionsnedsättning av fysisk, psykisk eller intellektuell funktionsförmåga?

Till hösten 2025 startar

PARASPORT SCHOOL



VAD?

Prova på olika idrotter under 10 veckor i din kommun

NÄR?

Hösten 2025. Guldkroksskolans idrottshall (Linnégatan 1)
Onsdagar 18-19:30. Uppstartsträff V.40

HUR?

Det är gratis, anmäl intresse så kommer mer information

Du kommer att få testa på dessa idrotter:

FOTBOLL tillsammans med IFK Hjo:

Fotboll är en lagsport där två lag försöker göra mål genom att sparka bollen in i motståndarnas mål. Endast målvakten får röra bollen med händerna. Fotboll ger utmärkt konditionsträning och förbättrar både koordination och lagarbete. Sporten bygger på gemenskap och respekt för både medspelare och motståndare.

LÄS MER OM PARAFOTBOLL HÄR

RÖRELSEGLÄDJE tillsammans med Gymmix:

Vi rör oss till musik, tränar balans, styrka och smidighet – men viktigast är att ha kul tillsammans! Gympa passar alla oavsett förmåga, och övningarna kan anpassas efter vad just du klarar. Här handlar det om gemenskap, glädje och att känna kroppen jobba på sitt eget sätt.

LÄS MER OM RÖRELSEGLÄDJE HÄR



INTRESSEANMÄLAN

SCANNA QR-koden eller
följ LÄNKEN för att anmäla
ditt intresse



Vill din förening vara med framöver?

Hör av er till Projektledare Kim Sidefalk

INNEBANDY tillsammans med IFK Hjo:

Innebandy är ett tempofyllt inomhuslagsspel med klubbor och en plastboll som spelas längs marken. Målet är att skjuta in bollen i motståndarens mål genom hjälp av ett skott med klubban, då det inte är tillåtet att göra mål med en vilken del av kroppen som helst. Laget med flest mål på tavlan när matchen slutar vinner.

LÄS MER OM INNEBANDY HÄR

kontaktperson:

Hanna Nordlöf, 0503-354 57
hanna.nordlof@hjo.se

För mer information kontakta Projektledare:

Kim Sidefalk, 070-606 62 18
kim.sidefalk@rfsisu.se