

# Idrett for funksjonshemmede

Møre og Romsdal, Sør-Trøndelag og Nord-Trøndelag

Nyhetsbrev JANUAR 2017 *(fint om denne infoen kan spres videre)*



## Rullestoldans i Steinkjer

Hvor: Steinkjer Rådhus, Rådhusalen

Når: Søn. 5. februar, tir. 21. mars, tirsdag 4. april og søndag 23. april. Alle kvelder kl. 19-2130.

Pris: kr. 40 per person per kveld. Prisen inkluderer kaffe, te, saft, kjeks og frukt.

Dansepartnere (funksjonsfriske)/ledsagere går gratis.



Tilbudet er for fysisk

funksjonshemmede og funksjonsfriske som er glad i dans og musikk. Også de som ikke vil danse, men delta i det gode sosiale miljøet, er hjertelig velkommen.

Fint om alle tar med egen dansepartner. Hvis det ikke er mulig, vil arrangør forsøke å skaffe dansepartner.

Påmelding senest 1 uke før hver dansekveld til: Linn Beate Kippe, sms: 9164 0141, e-post: [lbkippe@online.no](mailto:lbkippe@online.no)

## Dansekurs på Sula i vinter

Sula Danseklubb inviterer til gratis dansekurs for barn, ungdom og voksne med spesielle behov i Sula Dansestudio i Mauseidvåg på Sunnmøre. Torsdager kl. 18.30 -19.20. Påmelding på e-post: [suladanseklubb@gmail.com](mailto:suladanseklubb@gmail.com) Mer info: [www.suladanseklubb.no](http://www.suladanseklubb.no)

## Klatretrening for syns- og bevegelseshemmede i Trondheim

Trondheim klatreklubb (TKK) har klatretrening (buldring og klatring) for syns-og bevegelseshemmede (12 år og eldre) på torsdager kl. 1730-1900 i Trondheim klatresenter (Falkenborgveien 37).

Pris: kr. 100 i inngang (kan da trene hele dagen, tau og sele inkludert, kr. 40 for å leie av sko). Ledsgere får gratis inngang. I tillegg betales medlemskap til Trondheim klatreklubb kr. 300 per år for voksne og kr. 150 per år for barn/ungdom (under 16 år).

I starten trenger man ikke å være medlem av TKK for å delta på tilbudet, men etter tre treninger må man registrere seg som medlem.



Har du spørsmål rundt tilbudet eller vil melde deg på? Send e-post til: [klatringforalle@outlook.com](mailto:klatringforalle@outlook.com)

## Charlottenlund vil gjerne ha flere spillere

Charlottenlund Sportsklubb (CSK) i Trondheim har et tilrettelagt lavterskel fotballtilbud for barn og unge med spesielle behov fra 6 til 16 år. Laget trener hver onsdag kl. 1800-1900 i Charlottenlundhallen (Cageballhallen) på Jakobsli. Nå søker klubben flere spillere.

– Vi har plass til langt flere, og de som har lyst til å prøve seg kan bare ta kontakt, sier lagleder Espen Almaas. Han kan kontaktes på mobil 9912 4726 og/eller e-post [Espen.Almaas@nav.no](mailto:Espen.Almaas@nav.no) I Trøndelag og Møre og Romsdal er det mange fotballklubber som har tilbud for utviklingshemmede.

Ønsker du en oversikt over hvilke fotballklubber i Midt-Norge som har tilbud til utviklingshemmede? I Trøndelag: Ta kontakt med Tommy Bang-Larssen i Trøndelag fotballkrets på e-post: [Tommy.Bang-Larssen@fotball.no](mailto:Tommy.Bang-Larssen@fotball.no)

I Møre og Romsdal: Ta kontakt med Per-Einar Johannessen på e-post: [pej@idrettsforbundet.no](mailto:pej@idrettsforbundet.no)



## Vinteraktivitetsdag i Molde onsdag 1. februar



NAV Hjelpemiddelsentral Møre og Romsdal i samarbeid med flere aktører inviterer til dag med utprøving av hjelpemidler til uteaktiviteter på snø. Utprøving er mulig både for brukere og eventuelle ledsagere. Kort vei fra parkeringsplass til skitrekke og en bakke som er godt egnet for nybegynnere. Lett tilgjengelig varmestue med toalett. Ledsager må ta med eget skiutstyr. [Les mer om vinteraktivitetsdagen i Molde onsdag 1. februar kl. 10-14.](#)



## Norges første landslinje i friidrett i Steinkjer Flere plasser til funksjonshemmede

Steinkjer får Norges første landslinje i friidrett og de første elevene er på plass til høsten. Søknadsfristen er 1. mars. Det er forbeholdt to-tre plasser til funksjonshemmede på hvert trinn. Les mer om den første landslinje: <http://attent.no/landslinjeFriidrett/>

## Langrennstrening for syns- og bevegelseshemmede i Levanger og Trondheim

I Trondheim er det trening i Granåsen hver onsdag kl. 1800-1900 i regi av Sør-Trøndelag skikrets. Oppstart: 18. januar.

Alder: 12 år og eldre. Påmelding på e-post til Kari M. Sylten: [kari.m.sylten@gmail.com](mailto:kari.m.sylten@gmail.com) eller mobil 909 93 640.

For mer informasjon: Søk opp «Team Skiglede» på Facebook og send en forespørsel om å bli med i gruppen.

I Levanger blir det trening på torsdager fra og med 19. januar t.o.m. 16. mars kl. 18.00 skitrening på Nesset i Levanger for syns- og bevegelseshemmede (12 år og eldre) i regi av Sportsklubben Nessegutten og Nord-Trøndelag skikrets.



Hvis du kunne tenkt deg å prøve dette nye tilbudet, ta kontakt med Nessegutten Ski på e-post [leder.ski@nessegutten.no](mailto:leder.ski@nessegutten.no) og mobil 473 82 610 eller Nord-Trøndelag Skikrets på e-post [nord-trondelag@skiforbundet.no](mailto:nord-trondelag@skiforbundet.no) og mobil 913 97 910 De som trenger ledsager, må ha det med på trening. Eget skiutstyr må også medbringes. De som trenger å låne piggekjelke for utprøving, ta kontakt med Nessegutten Ski på e-post: [leder.ski@nessegutten.no](mailto:leder.ski@nessegutten.no)

Skitilbudene i Trondheim og Levanger er for sittende og stående, nybegynnere og mer erfarne.

## Ski/alpindag med utprøving vinteraktivitetshjelpemidler i Grong 11. mars



Nord-Trøndelag skikrets i samarbeid med Nord-Trøndelag idrettskrets og Norges idrettsforbund inviterer til ski/alpindag med utprøving av vinteraktivitetshjelpemidler i Grong Skisenter lørdag 11. mars kl. 1000–1400.

Det blir mulig å prøve flere ulike vintersportshjelpemidler. Utprøvingen er både for utøvere og ledsagere.

Alle som har utstyr fra før er også hjertelig velkommen. Her kan godkjent instruktør bistå med tips og råd av valg av utstyr, tilpasninger og kjøreteknikk (også for ledsager).

NAV Hjelpemiddelsentralen Nord-Trøndelag vil være til stede for veiledning, samt at leverandører stiller med hjelpemidler.

På skidagen vil deltakerne få muligheten til å prøve noe nytt, få veiledning i bruk av utstyret og samtidig ha det moro og sosialt.

For deltakere og ledsagere blir det gratis å kjøre i bakken. Lett tilgjengelig varmestue og toalett. Ledsagere må ta med eget utstyr eller leie fra skisenteret.

Påmelding sendes til Bjørn Bruvoll, adm.sjef i Nord-Trøndelag skikrets, på e-post: [bjorn.bruvoll@skiforbundet.no](mailto:bjorn.bruvoll@skiforbundet.no) (oppgi navn, fødselsdato og type funksjonsnedsettelse på deltaker, samt navn, mobil og e-post på ledsager. Oppgi om deltaker har med eget utstyr eller ikke. Det holder å melde på den som skal prøve eller har utstyr.

Spørsmål (hvem kan delta, utprøvinger, utstyr etc.) kan stilles til Mari Ann Landsem Melhus på mobil 911 45664 og e-post: [mariann.melhus@idrettsforbundet.no](mailto:mariann.melhus@idrettsforbundet.no)



## Goalball og rullestolbasketball under Studentlekene i Trondheim



For første gang i Studentlekene historie skal det arrangeres konkurranse i goalball der studenter med eller uten en synshemming kan spille sammen. Det skjer i Trondheim 22.-26. februar, og lekene vil ventelig samle rundt 2000 deltakere.

I tillegg blir det en rullestolbasketballkamp mellom Trondheim Basketballklubb og studenter fra flere klubber.

Les mer om studentlekene 2017 på: <http://sltrondheim.no>

## Prøv el-innebandy i Eidehallen på Nordmøre lørdag 4. februar kl. 12-14

Lørdag 4. februar kl. 12-14 arrangeres åpen dag i Eidehallen (Krakelivegen 15) ved Eide ungdomsskole på Nordmøre der det blir mulig å prøve ut el-innebandy. Her får man også mulighet til å treffe spillere fra klubbene som har el-innebandytilbud i Møre og Romsdal: Molde IBK, Langevåg IL og Nordmøre El-innebandy. Alle klubbene vil gjerne ha flere spillere.



El-innebandy er en lagidrett som er fylt med mye fart og spenning. Idretten passer for barn, ungdom og voksne med store eller mindre bevegelseshemninger. Idretten er utfordrende og morsom, og der man får opplevelsen av å tilhøre et lag.

El-innebandy er en idrett som er lett å mestre etter få treninger, da den er godt tilrettelagt for forskjellige typer bevegelseshemninger.

Ønskes mer informasjon, ta kontakt med Kristian Futsæter (Nordmøre EL-innebandy) på e-post [h-futsae@online.no](mailto:h-futsae@online.no) og mobil 91326730 eller Ann Katrin Eriksson (Norges Bandyforbund) på e-post [annkatrin.eriksson@bandyforbundet.no](mailto:annkatrin.eriksson@bandyforbundet.no) og mobil 92844111



### Ønsker du en oversikt over idrettstilbud for funksjonshemmede i ditt fylke?

Eller hjelp til å komme i gang med et tilbud i ditt idrettslag? Eller tilbud om kurs? Eller lurer du på noe annet? Kurs, seminar, arrangementer? Søke midler? Ta kontakt med fagkonsulent Per-Einar Johannessen i Norges idrettsforbund på e-post: [pej@idrettsforbundet.no](mailto:pej@idrettsforbundet.no) eller mobil 924 02 803  
(På bildet: Rullestolbasket i Trondheim)

### Nyheter om idrett for funksjonshemmede i Norge

Ønsker du å holde deg oppdatert om idrett for funksjonshemmede i Norge?

Det legges nesten daglig ut nyheter (breddeidrett og toppidrett) på

[www.facebook.com/idrettfunksjonshemmede](https://www.facebook.com/idrettfunksjonshemmede)

Se også [www.olympiatoppen.no/paralympics](http://www.olympiatoppen.no/paralympics) (toppidrett).

### Fylldig informasjon om idrett for funksjonshemmede i Norge på:

[www.idrettsforbundet.no/funksjonshemmede](http://www.idrettsforbundet.no/funksjonshemmede) (kontakter, materiell, klassifisering, søke midler, aktivitetshjelpemidler, linker, hvordan komme i gang med idrett m.m.)

### Nyhetsbrev idrett for funksjonshemmede i Trøndelag og Møre og Romsdal

Ønsker du å motta / ikke motta nyhetsbrev på e-post 6-8 ganger i året?

Meld deg på/av nyhetsbrevet på e-post: [pej@idrettsforbundet.no](mailto:pej@idrettsforbundet.no) mobil: 9240 2803