

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

TILL våren 2025 startar

# PARASPORT SCHOOL



## VAD?

Prova-på olika idrotter under 10 -12 veckor i din kommun

## NÄR?

Våren 2025, exakta datum kommer längre fram.

## HUR?

Det är gratis, anmäl intresse så kommer mer information

*Du kommer bland annat få testa på dessa idrotter:*

## ALINGSÅS DANSKLUBB

Dansträning är en träningsform där dansrörelser kombineras med fysisk aktivitet. Det kan vara koreograferade rutiner till musik eller fria rörelser samtidigt som det är ett roligt sätt att träna.

[LÄS MER OM PARADANS HÄR](#)

## ALINGSÅS IF GYMNASTIK

Paragymnastik är samlingsnamnet på verksamhet inom Svensk Gymnastik som erbjuder träning för personer med någon form av funktionsnedsättning. Svensk Gymnastik har som målsättning att kunna erbjuda ett brett spektrum av verksamheter inom paragymnastik

[LÄS MER OM PARAGYMNASTIK HÄR](#)

## ALINGSÅS IF FOTBOLL

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](#)



## INTRESSEANMÄLAN

SCANNA QR-koden  
eller följ LÄNKEN för att  
anmäla dig



Kontaktperson på plats:  
johanna Nordlund, 0730-793504  
johanna.madicken@live.se

För mer information kontakta Projektledare:  
Kim Sidefalk, 070-606 62 18  
kim.sidefalk@rfsisu.se

