

PARA BASIS - MOVEUPCREW



MoveUpCrew er en gruppe for unge mennesker i alderen 10–30 år med synsnedsettelse og fysiske funksjonsvariasjoner som driver med, eller ønsker å begynne med, organisert idrett.

 **Sted:** Høgskulen på Vestlandet, campus Kronstad, L-bygget (Idrettsbygget)

 **Tid:** Hver onsdag kl. 17.30–18.30

 **Lystbetont basistrening ledet av fagpersoner fra Olympiatoppen i samarbeid med fysioterapistudenter ved Høgskulen på Vestlandet.**

 Fysisk aktivitet har stor betydning for både fysisk og psykisk helse. Samtidig vet vi at det kan være utfordrende å finne en aktivitet som passer, spesielt for barn og unge med funksjonsvariasjoner. Den ukentlige økten skal være en trygg og inkluderende inngang til fysisk aktivitet, og samtidig fungere som en bro mellom dem som er i oppstartsfasen og de mange gode tilbudene som allerede finnes.

 **Kontaktperson** Iwonka Vik Olsen, iwonka.vik@olympiatoppen.no