

FUNKIS FÖR ALLA



FUNKIS FÖR ALLA!

- Datum:** 20-21.8 2022
- Tid:** 9-12 och 13-16 (obs riktgivande tider)
- Kursinnehåll:** 20.8: barn och ungdomar inom NPF-spektrat
21.8: personer med intellektuell funktionsnedsättning
- Plats:** Mariehamn. Återkommer med plats efter anmälningstiden gått ut
- Målgrupp:** Alla intresserade
- Anmälan:** Senast den 4.8 till ylva@gymnastik.ax
- Frågor:** ylva@gymnastik.ax, 0457-3433899

Gymnastics Åland startade sin verksamhet för barn i behov av särskilda insatser hösten 2019. Vi har från start haft två grupper med max sex barn per grupp. Just nu har vi en grupp i Bollhalla och den andra i ÅIC. I träningen ingår bla grundmotorik, koordination, styrka, uthållighet och rörelse till musik. Vi leker, bygger redskapsbanor och testar olika typer av redskap. Vi använder bildstöd och andra mindre hjälpmedel. Individerna är viktigare än diagnosen och därför strävar vi efter att alltid anpassa vår verksamhet utifrån varje enskild deltagares behov.

Verksamheten är inte grenspecifik, utan kan finnas i alla föreningar. Vi utgår från rörelseglädje och ser möjligheter istället för begränsningar. I dagsläget riktar vi oss till barn inom vår funktisverksamhet, men tror det finns ett behov och ett intresse för även ungdomar och vuxna och inom ett större spektrum.

I Sverige är **Alla kan gympa** en egen disciplin inom svenska gymnastikförbundet och är en verksamhet för personer med funktionsnedsättningar; t.ex. rörelsenedsättning, neuropsykiatriska och/eller intellektuella funktionsnedsättningar.

Grundaren av Alla kan gympa, Birgitta Green, och hennes kollega Hannah Kosby Lind kommer till Åland för att hålla en workshop i träning för personer med funktionsvariationer. Den riktar sig till dig som vill starta upp en grupp, redan är ledare i en grupp eller annars bara är intresserad. Om deltagarantalet behöver begränsas, prioriteras personer inom idrotten.

På förmiddagen blir det teori och eftermiddagen praktik. Under den praktiska delen kommer vi att bjuda in personer för att delta i ett roligt träningspass, där vi ledare kan använda våra nya kunskaper.

GymÅ har blivit beviljade medel från Ålands Idrott inom ramen för Åland 100 - hälsans år, vilket innebär att kursen är kostnadsfri. För deltagare utanför Åland är avgiften 20 euro för en dag och 35 euro för båda. Faktureras i efterhand.

Genom att arrangera den här kursen och bjuda in till den, hoppas vi att flera föreningar vill starta upp grupper för personer med funktionsvariation.