



Prova på 5-a-side



Ny chans att prova på. 5-a-side är fotboll för personer med synnedsättning. Bollen låter vilket gör det möjligt att spela även då du inte ser. Det riktar sig både till dig som är helt ny och även dig som kanske provat några gånger förut. Målet med träningen är att vi ska ha kul tillsammans och få en känsla för sporten. Ålder spelar ingen roll, vi anpassar övningar utefter er som kommer så det ska bli bra för alla oavsett nivå och utveckling. Det du behöver ta med/ha på dig är inomhus träningskläder, inomhusskor och vattenflaska. Det finns omklädningsrum i hallen. Du får låna ögonbindel men behöver inte använda den om du inte vill under träningen. Har du en kompis som inte har en synnedsättning men som gärna vill följa med är kompiserna också välkommen.

Umeå Parasportförening siktar på att starta en regelbunden träningsgrupp framåt vårkanten när utomhusplanerna tinat fram från vintern. Fram till dess kör vi dessa prova på tillfällen i vanliga idrottshallar.

När: lördag 19 november

Tid: Kl 16-17.30 Vi finns på plats och möter upp från 15.45

Plats: Carlshöjdshallen, Bärnstensvägen 2

Kostnad: Gratis

Anmälan: mejla tränaren Amanda amanda.stendahl@hotmail.com eller tel 0708381225 så får vi ett hum om hur många vi blir.

Har du andra frågor eller funderingar är du välkommen att höra av dig till tränaren Amanda Stendahl. Se kontaktuppgifter ovan.

Varmt Välkommen!

