



Träningsdagar inomhus i Ryahallen, Borås

Mölnalds CK och Borås CA i samverkan med Paracykel.se arrangerar träningsdagar och prova-på aktiviteter inomhus på löparbanan i Ryahallen, Borås.

Träningsdagen är för dig som har en rörelsenedsättning eller synskada och har tillgång till en handcykel, trike, vanlig cykel eller tandem. Vi kommer även att ta med ett begränsat antal cyklar till Er som inte ännu har en egen cykel. Anmäl det i bokningen!

Plats:

Ryahallen Erikslundsplatsen, Borås. Lätt doserad löparbana 200 meter

Datum och tid:

Söndagen den 20 november, kl. 11.00 – 14.00

Söndagen den 18 december, kl. 11.00 – 14.00

Söndagen den 22 januari, kl. 11.00 – 14.00

Söndagen den 19 februari, kl. 11.00 – 14.00

Söndagen den 19 mars, kl. 11.00 – 14.00

Kostnad: 100: - per gång som betalas in till Mölnalds CK BG 312–5788, i samband med anmälan

Klädsel:

Träningskläder och vattenflaska. Omklädnings möjligheter med dusch finns

Träning:

Träningen är för dig som vill komma igång eller fortsätta med regelbunden träning för att öka din fysiska förmåga och eventuellt vill köra motionslopp 2017, samt möjligheten att träna med andra!

Anmälan:

Görs till: michael.lindgren@scf.se

Uppge namn, typ av funktionsnedsättning och ett telefonnummer som vi kan nå dig på. Ni som vill låna en cykel anger även det.

Vid förhinder eller sjukdom ringer du 070-370 85 07, Michael Lindgren

Välkommen!

