



Paracykel.se

Information – Föreläsning – Träning - Klassificering

Paracykel bjuder här in till ett informationsmöte där vi kommer att informera om nationella tävlingar, motionslopp och aktiviteter med paracykel i Sverige säsongen 2017. Emma Stenberg föreläser om träning och träningsplanering. Rickard Nilsson delar med sig av sina erfarenheter för sin resa till Paralympics i Rio. För er som inte har en klassificering ännu kommer Carl Mullally vara på plats för att ni skall kunna få ett första utlåtande till vilken klass ni tillhör.

Lördagen 11 februari:

09.30 – 10.00 Samling och fika

10.00 – 10.30 Information om tävlingar, motionslopp, aktiviteter och landslag

10.30 – 11.15 Föreläsning med Emma Stenberg om träning och träningsplanering

11.15 – 12.00 Föreläsning med Rickard Nilsson om Paralympics i Rio

12.00 - 13.00 Gemensam lunch

Träning:

13.00 – 16.00 på lätt doserad löparbana 200 m.

Klassificering:

13.00 – 16.00

Plats:

Tybblelundshallen, Univeristetsgatan Örebro.

Informationsmöte – träning:

Är för alla paracyklister som motionerar och tävlar oavsett nivå, samt för piloter till synskadade/blinda.

Klädsel:

Träningskläder, vattenflaska och handduk. Omklädning/dusch finns.

Anmälan:

Görs till: michael.lindgren@scf.se

Vid förhinder eller sjukdom ringer du 070-370 85 07.

Välkommen!