

SAHVA OG DANSK HANDICAP IDRÆTS-FORBUND INVITERER TIL

# Paralympic Day

## Program

09.00 - 09.45	Ankomst
09.45 - 10.00	Velkomst
10.15 - 11.15	Idræt modul 1
11.30 - 12.30	Idræt modul 2
12.30 - 13.15	Frokost
13.30 - 14.30	Idrætsmodul 3
14.45 - 16.00	Overraskelse og afslutning
14.45 - 15.45	Forældre workshop

Idræt modul 1, 2 og 3 vil variere mellem atletik, bordtennis, kørestolsbasketball, fodbold, ridning, goalball og svømning. Mere om dette på dagen.

## Tilmelding

**Tilmelding skal ske på [www.dhif.dk](http://www.dhif.dk) inden den 15. september 2014.\***

Når du tilmelder dig skal du vælge hvilke 3 af de 7 idrætter; atletik, bordtennis, kørestolsbasketball, fodbold, ridning, goalball og svømning, som du gerne vil prøve kræfter med i prioriteret rækkefølge. Vi vil så vidt muligt forsøge at efterkomme dine ønsker. Du behøver ikke være medlem af DHIF for at deltage!

Har du spørgsmål til arrangementet kontakt:  
Dansk Handicap Idræts-Forbund:

Anne-Dorte Andersen eller  
Projektmedarbejder  
Mobil: 2134 4424  
Mail: [ada@dhif.dk](mailto:ada@dhif.dk)

Peter Kock Hansen  
Udviklingskonsulent  
Mobil: 20 32 14 18  
[pkh@dhif.dk](mailto:pkh@dhif.dk)

Motivation og  
inspiration til  
en hverdag  
med idræt!

LØRDAG DEN 20.  
SEPTEMBER 2014  
KL. 9.00  
SYDDANSK UNIVERSITET,  
CAMPUSVEJ 55,  
5230 ODENSE M.





Masser af aktiviteter,  
sjov og fællesskab



**"I dag var alt det vi håbede - og meget mere! ...vi er helt høje efter alle de gode oplevelser i dag... Sikke nogle skønne mennesker I havde samlet. Har aldrig oplevet noget, der var mere inspirerende; de unge atleter især!"**

Janne Oldager, Mor til Emma som deltog ved Paralympic day 2013.  
Emma er amputeret på det ene ben.



Emma bliver her instrueret af Daniel Wagner.



Skann og hør Daniel Wagner fortælle om Paralympic Day

## Kom og vær med til en sjov sportsdag for børn og unge ved Syddansk Universitet i Odense

Som noget helt nyt afholder Sahva og Dansk Handicap Idræts-Forbund i år en spændende **sportsdag for børn og unge med bevæge- eller synshandicap** i alderen 7 til 18 år. Det sker i de smukke omgivelser ved Syddansk Universitet, Campusvej 55, 5230 Odense M. **Lørdag den 20. september 2014 kl. 9.00.**

Dagen vil være fyldt med masser af **aktiviteter, sjov og fællesskab**. Vælg mellem bl.a. aktiviteter som atletik, bordtennis, kørestolsbasketball, fodbold, ridning, goalball og svømning. Så du kan afprøve hvilken sportsgren, som passer dig bedst.

Der vil være **dygtige talenttrænere fra DHIFs børne- og unge satsning "Unge atleter i front"** og bandagister fra Sahva til at guide dig igennem. Og hvem ved, måske vil du få en unik mulighed for at møde de fremadstormende Paralympic sportsstjerner, som kan inspirere og fortælle dig om deres vej til de Paralympiske Lege i Rio 2016.

**Dine forældre indbydes til workshop på dagen.** Se mere på [DHIF.dk](http://DHIF.dk)

Glæd dig til en dag, hvor du **får masser af mulighed for at møde andre børn og unge**, der gerne vil i gang med at dyrke sport. Søskende er naturligvis også velkomne på dagen.

Der vil være forfriskninger og frugt hele dagen og mulighed for at købe frokost i Sportscafeen eller selv medbringe madpakke.

Arrangementet er **GRATIS** og du vil på dagen få uddelt en Sahva sportstaske med t-shirt, DHIF-informationspakke og andre små overraskelser.

Vi glæder os til at se dig  
lørdag d. 20. september 2014!