



Parasport - i rörelse

PROGRAM

hösten 2018 och våren 2019
Sjuhäradshallens Parasportcenter

Måndagar

Vuxna daglediga

Innebandy – Berggården

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 14:30-15:30

Kontakt: Berggården, telefon: 033-35 30 63

Idrottsskola för alla

Vecka	Plats	Aktivitet	Tid
36-39	Gässlösa	Frisbeegolf	16:00-17:00
40-43	Tennishallen	Tennis	16:00-17:00
45-48	Boråshallen	Minigolf	16:00-17:00

Vill du delta i vår Idrottsskola så anmäler du dig till oss i Sjuhäradshallen Paraspportcenter, telefon 033-35 77 03 eller via mail parasportcenter@boras.se

Barn och ungdomar

Fotboll - IF Elfsborg träning "Glädje tillsammans"

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 17:30-18:30

Kontakt: Jan Ryrlén, telefon: 070-518 69 90

Rullstolsbasket – Borås Basket

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 18:30-20:00

Kontakt: Magnus Eriksson, telefon: 070-773 00 69



Tisdagar

Ungdomar

Cheerleading - MFC Cheerleading

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 16:30-18:00

Kontakt: Dafni Magnusson, telefon: 073-386 68 69

Alla

Friidrott - IK Ymer

Plats/Tid: Ryavallen/Ryahallen mellan klockan 17:30-18:30

Kontakt: Carina Lindberg, ik.ymer@telia.com

telefon: 070-322 70 80

Ungdom och vuxna

Fotboll - FUB fotbollsträning

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 18:00-19:30

Kontakt: Lotta Andersson, FUB, telefon: 033-12 44 44

Alla

Boccia – Mormors Gäng

Plats/Tid: Sjuhäradshallen (D-hallen) mellan klockan 18:00-20:00

Kontakt: Robert Åkesson telefon: 070-570 95 65

Bowls - Prova på att spela Bowls (påminner om boccia och boule)

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 18:00-20:00

Kontakt: Morten André Coll, telefon: 072-986 82 15



Onsdagar

Idrottsskola för alla

Vecka	Plats	Aktivitet	Tid
36-39	Sjuhäradshallen	Bollspel/Bollekar	16:00-17:00
40-43	Sjuhäradshallen	Styrketräning	16:00-17:00
45-48	Sjuhäradshallen	Pingis/Tennis	16:00-17:00

Vill du delta i vår Idrottsskola så anmäler du dig till oss i Sjuhäradshallen Parasporthallen, telefon: 033-35 77 03 eller via mail parasportcenter@boras.se

För dig mellan 10-18 år

Fritidsgårdsverksamhet – Borås Stad/Stadsdel Sjöbo

Plats/Tid: Prova-på idrott, lek och spel, läxhjälp och servering mellan klockan 15:00-19:00

Kontakt: Anton Fors, telefon: 033-35 77 03

Alla åldrar

Innebandy - HBK innebandyträning

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 19:00-20:30

Kontakt: Dan Svensson, telefon: 070-516 88 27



Torsdagar

Barn och ungdomar

Rörelse till musik #rörpåsig,

lekfulla rörelser med mycket glädje

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 14:30-15:30

Anmälan: Görs till Sjuhäradshallens Parasportcenter
telefon 033-35 77 03 eller via mail parasportcenter@boras.se

Idrottsskola för alla

Vecka	Var	Vad gör vi	Tid
36-39	Sjuhäradshallen	Pingis/Badminton	16:00-17:00
40-43	Sjuhäradshallen	Basket/Fotboll	16:00-17:00
45-48	Sjuhäradshallen	Bollekar	16:00-17:00

Vill du delta i vår Idrottsskola så anmäler du dig till oss i Sjuhäradshallen Parasportcenter, telefon 033-35 77 03 eller via mail parasportcenter@boras.se

Från 18 år

Lärgrupp i Hälsa

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 16:30-17:30

Anmälan: Görs till Sjuhäradshallens Parasportcenter
Telefon: 033-35 77 03 eller via mail parasportcenter@boras.se



Torsdagar

Alla åldrar

Parasport – Prova på aktiviteter idrott, lek och spel

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 17:00-19:00

20 september	18 oktober	15 november
10 januari	7 februari	7 mars
4 april	2 maj	

Kontakt: Parasport Borås, telefon: 033-35 77 03

Fredagar

Alla åldrar

Spontanidrott #parasport i rörelse

Plats/Tid: Sjuhäradshallen är öppen fram till klockan 15:00

Kontakt: Parasport Borås, telefon: 033-37 77 03

Alla åldrar

Kvällsaktivitet – fredagsmys med idrott

Plats/Tid: Sjuhäradshallen 19:00-21:00

Kontakt: Parasport Borås, telefon: 033-37 77 03

28 september	26 oktober	23 november
14 december	18 januari	15 mars
12 april	10 maj	

Kontakt: Parasport Borås, telefon: 033-35 77 03

Lördagar

Alla åldrar

Idrott, lek och spel – Parasport Borås

bjuder in till lördagsmys med massor av idrott, lek och spel.

Plats/Tid: 11:00-14:00

6 oktober	1 december	26 januari
23 februari	23 mars	18 maj

Kontakt: Parasport Borås, telefon: 033-35 77 03 eller via mail parasportcenter@boras.se

Fotboll - NPF-laget tränar fotboll

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 14:00-16:00

Kontakt: Ingemar Bergstrand, telefon: 070-209 27 57

Söndagar

Ungdomar

Innebandy - FUB

Plats/Tid: Sjuhäradshallen mellan klockan 17:30-19:00

Kontakt: Lotta Andersson FUB, telefon: 033-12 44 44

Aktiviteter i hallen

Hälsovecka torsdag den 18 okt klockan 13.00-19.00

Fysisk aktivitet, lek & spel

Lovaktivitet onsdag den 31 okt klockan 11.00–19.00

För högstadiet, gymnasiet och daglig verksamhet

Innebandyturnering fredag den 30 nov klockan 09.00-14.00

Fysisk aktivitet, lek & spel

Lovaktivitet torsdag den 3 jan-2019 klockan 10.00- 14.00

Fysisk aktivitet, lek & spel

Lovaktivitet tisdag den 12 feb-2019 klockan 10.00-14.00

Fysisk aktivitet, lek & spel

Lovaktivitet måndag den 15 apr-2019 klockan 10.00-14.00

