

Motion for voksne med senhjerneskode

Et hold for mennesker med senhjerneskode, der har lyst til at lave gymnastik i en forening, Rører sig og være sammen med andre som har de samme eller lignende problemer.

Vi laver gymnastik med og uden musik, på skamler og på gulvet med bolde og andre redskaber. Alle muskler bliver rørt og vi har det rigtig sjovt. Alle kan være med.

Der er en rampe til kørestole, men almindelige toiletforhold. Du skal selv sørge for transporten, hjælp til omklædning og til at komme ned på gulvet, såfremt du har brug for det.

Instruktør: Vera Hartmann, tlf. 66 18 53 55

Hjælper: Anita Sandager