



FUB Västerås

SPECIAL
VARVET



Special Göteborgsvarvet

15-16 maj 2014

Den 16 maj är det dags för 10-årsjubileum för Special Göteborgsvarvet. En löpartävling för alla tjejer och killar med utvecklingsstörning som tycker det är roligt att springa eller att bara röra på sig.

Årets tävlingsresa till Göteborg gör vi tillsammans med idrottare från Sörmland – det tycker vi är en kul utveckling!

Den som vill åka med måste kunna klarar av vistelsen själv eller i annat fall ha en kompis eller ledare med sig till hjä

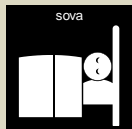


Resa



Torsdag den 15 maj kl. 09.30 från IKEA parkering Erikslund

Hemfärd fredag den 16 maj direkt efter tävlingen ca kl.14.00 Västerås ca kl.19.00



Boende

Vandrarhemmet Kviberg

Måltider Torsdag: Vi stannar och äter lunch efter vägen.

Middag äter vi på Liseberg.

Fredag: Frukost på Vandrarhemmet Kviberg.

Vi stannar och äter middag efter vägen.

Alla måltider utom frukost betalar man själv.

Kostnad

600 kr person då ingår resa, boende entré Liseberg och anmälan till tävlingen.

Gäller även ledsagare/assistent för resa och boende.

Dina övriga kostnader är matpengar, fickpengar och åkband till Liseberg.

Information Om du har några frågor kring tävlingen, kontakta:

Västmanlands Handikappidrottsförbund

Stefan Andersson mobil 070-595 42 28 vhif@idrotten.se

ANMÄLNINGSBLANKETT TILL SPECIAL GÖTEBORGSVARVET 15-16 maj 2014

Du kan också ringa och anmäla dig eller skicka ett meddelande.

Namn:.....

Adress:.....

Postadress:..... E-post:.....

Mobil nr:..... Förening:.....

Personnummer:.....

Namn på Ledsagare:.....

Klasser, banor och starttider:

Män Blå 2,2 km kl 11.00 Kvinnor Blå2,2 km kl 11.00

Män Röd 4,1 km kl 11.30 Kvinnor Röd4,1 km kl 11.30

Jag kommer att tävla i klass:.....

Jag kommer att ha med mig tränare/ledare

Namn:.....

Faktureringsadress:.....

Mobilnummer:.....

E-post:.....

Vid anmälan betalas deltagaravgiften, 600 kr, till PG 926 75-8.

Märk betalningen "Göteborgsvarvet".

Anmäl dig senast den 25 mars till:

vhif@idrotten.se

Västmanlands Handikappidrottsförbund

Svalgången 1

724 81 Västerås

OBS! Antalet platser är begränsat.



Västmanlands
HANDIKAPP
IDROTTS
FÖRBUND



FUB Västerås

SPECIAL
VARVET



Nu börjar träningen igen inför Special Göteborgsvarvet

Datum: Måndagar 

17 mars, 25 mars, 31 mars, 7 april, 14 april, 28 april och 12 maj.

Samling bakom Friskis Svettis Rocklunda klockan 16.00



Plats: Rocklunda Västerås, vi träffas vid starten.

Målgrupp: Du som vill börja röra på dig och vill ha träningskompisar.

Kostnad: Det är gratis att prova på.

Anmälan: VHIF, Svalgången 1, 724 81 Västerås
vhif@idrotten.se tillhanda senast
den 14 mars 2014.



Du som ska vara med i Göteborgsvarvet behöver träna minst 2 gånger i veckan.

Du kan cykla, gå, springa, simma, Friskis Svettis, styrketräning eller vad du tycker är kul.

Västmanlands Handikappidrottsförbund

Stefan Andersson mobil 070-595 42 28 vhif@idrotten.se