

Har du en funktionsnedsättning av fysisk, psykisk eller intellektuell funktionsförmåga?

TILL våren 2026 startar

# PARASPORT SCHOOL



## VAD?

Prova-på olika idrotter under 9 veckor i din kommun

## NÄR?

Våren 2026. Uppstartsträff tisdagen den 31e mars

## HUR?

Det är gratis, anmäl intresse så kommer mer information

**Den här terminen kommer du att få testa dessa idrotter:**

### RIDNING tillsammans med Mölltorps Ridsällskap

Ridning är en idrott där du samarbetar med hästen genom rörelse, känsla och tydlig kommunikation.

Du tränar balans, koordination och fokus samtidigt som du bygger en relation med djuret.

Verksamheten formas efter dina behov och sker i en lugn och trygg miljö.

[LÄS MER OM RIDNING HÄR](#)

### BOULE tillsammans med Carl XIV J PC

Boule är en social och lättillgänglig idrott där du kastar klot och försöker placera dem så nära målkulan som möjligt.

Du utvecklar precision, strategi och tålamod samtidigt som du spelar tillsammans med andra. Spelet kan anpassas efter olika behov och nivåer.

[LÄS MER OM BOULE HÄR](#)

### SIMNING tillsammans med Karlsborgs Simklubb

Simning är en skonsam och allsidig idrott där du rör dig genom vattnet på olika sätt.

Du stärker hela kroppen, förbättrar din kondition och tränar andning och rytm.

Träningen kan anpassas efter dina förutsättningar och sker i en trygg miljö.

[LÄS MER OM SIMNING HÄR](#)



## INTRESSEANMÄLAN

SCANNA QR-koden eller  
följ LÄNKEN för att anmäla  
dig



### Kontaktperson på plats:

Nawar Arouk, 0505-172 33  
nawar.arouk@karlsborg.se

### För mer information kontakta Projektledare:

Kim Sidefalk, 070-606 62 18  
kim.sidefalk@rfsisu.se