**Programma 18 maart**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Onderwerp** | **Spreker/organisator** |
| 10:00 – 10:45 uur | **Lezing:** Hoe motiveer je iemand tot (aangepast) bewegen | Dhr. Frank Jol |
| 10:45 – 11:30 uur | **Clinic:** Looptraining | Dhr. Frank Dik |
| 11:45 - 12:30 uur | **Lezing:** Sporten met een reguliere ADL-prothese en de prothesetechnische aspecten van het hardlopen | Dhr. Henk Zijlstra |
| 12:45 – 13:30 uur | **Lezing:** Doorverwijzing naar een sportvereniging | Mw. Anniek van Vilsteren, sportconsulent |
| 13:00 – 14:00 uur | **Clinic:** Yoga | Mw. Marcelle van Dijk |
| 13:30 – 14:15 uur | **Lezing:** Toegankelijk van sportlocaties | Dhr. Rene de Heer, wethouder |
| 14:00 – 15:00 uur | **Clinic:** Yoga | Mw. Marcelle van Dijk |
| 14:15 – 15:00 uur | **Lezing:** Vanuit revalideren tot bewegen en sporten met een beenamputatie | Dhr. Erwin Baars, revalidatiearts |

**Activiteiten**

11:00 – 13:00 uur Activiteit bij de klimmuur – Jesper Harmsen

10:00 – 15:00 uur Handbike activiteiten – Handbikegroep Swolland

10:00 – 15:00 uur Oefenen met een tacx / kickbike

10:00 – 15:00 uur Lopen met een dummyprothese

**10:00 – 15:00 uur Informatiemarkt**

* Pro Reva
* Ottobock
* Livit
* Kemerink
* OIM
* Korter maar krachtig
* Sportservice Zwolle
* Triathlon Zwolle
* Wondverzorging
* Vogellanden stand