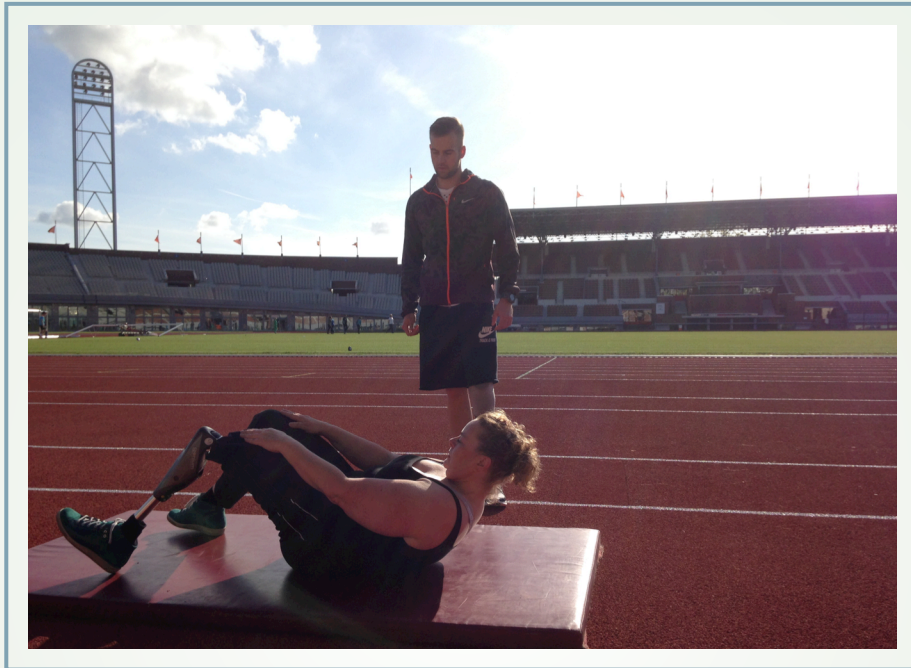


BEHENDIG WORDEN MET PROTHESE/HANDICAP

TRAINING ONDER BEGELEIDING VAN PARALYMPISCH ATLEET ROBIN VAN DAMME



Plaats: Olympisch Stadion, Amsterdam
Tijd: Elke donderdag 17.00-18.30 uur

Ik ben op zoek naar gemotiveerde beenprothesedragers (eventueel mensen met een andere aandoening met soortgelijke beperking) die hun grenzen willen verleggen en willen investeren in het beter functioneren met de handicap. De trainingen die ik in het historische Olympisch Stadion geef zijn voornamelijk gericht op: spierversterking, coördinatie en looptechniek. Dit komt je enorm ten goede in het dagelijks leven!

De huidige deelnemers hebben verschillende doelen, zoals; rondje vondelpark weer kunnen hardlopen, met zelfvertrouwen over straat lopen, de gehele week de prothese aan kunnen zonder hulp van een kruk, plaatsing EK 2016 op de 100m & 200m.

Je kunt vrijblijvend een paar keer mee komen doen. De eerste paar trainingen zijn gratis, daarna kun je zelf bepalen of je lid wil worden of niet.

DOE JIJ OOK MEE?!

Neem dan contact op met mij (Robin van Damme): 06-51126406 / robinvdamme@hotmail.com

Dit initiatief is een samenwerking van Robin van Damme, Frank Jol, atletiekvereniging Phanos, de Atletiekunie, Reade centrum voor revalidatie en reumatologie en de gemeente Amsterdam.