

INSCHRIJVINGSFORMULIER

NAAM:

VOORNAAM:

TEL./GSM:

E-MAIL:

STRAAT:

PC:

GEMEENTE:

GEBOORTEDATUM:

- Ik wens gebruik te maken van het beperkte aanbod sportrolstoelen
- Ik wens individuele begeleiding bij het zoeken naar een gepaste sport/club

Mijn suggesties voor de G-sportdag 2020:

INSCHRIJVEN:

ONLINE: www.inkendaal.be

PER POST: formulier ingevuld terugsturen naar 'Inkendaalstraat 1, 1602 Vlezenbeek', t.a.v. sport
VIA E-MAIL: sport@inkendaal.be.

!!! Dagcentra dienen in te schrijven via mail !!!

Bezoek ook: www.facebook.com/inkendaal/
Gelieve in te schrijven **vóór 30 augustus 2019**

Wij verzamelen bovenstaande gegevens van u in een overzichtslijst voor de sportgroep van Inkendaal. Wij gebruiken deze gegevens enkel voor activiteiten georganiseerd door Inkendaal. Voor meer informatie kan u terecht op de website (bv. Privacyreglement)
Opgelet: als u wenst om uw gegevens te verwijderen uit onze lijst, gelieve dit expliciet te bevestigen via e-mail naar privacycoach@inkendaal.be (ikv de nieuwe GDPR wetgeving)



Met de steun van



inkendaal
revalidatieziekenhuis

G-SPORTDAG

**DONDERDAG
19 SEPTEMBER 2019**

Georganiseerd voor (ex)revalidanten van Inkendaal en externe personen met een NAH/ neuromusculaire/locomotorische aandoening.

**Inschrijven
vóór 30 augustus 2019**



Naar jaarlijkse gewoonte organiseert Revalidatieziekenhuis Inkendaal zijn gratis G-sportdag. Vanuit de visie van het ziekenhuis streven we naar een optimale resocialisatie van zowel onze eigen revalidanten, ex-revalidanten evenals externen. We willen dit bereiken door een brug te bouwen tussen het revalidatietraject in Inkendaal en het terug instappen in de samenleving op het vlak van sport en beweging.

> AANBOD

Volkspelen/curling

Geschikt voor deelnemers die 1 hand kunnen gebruiken. Zowel vanuit de rolstoel als uit stand.

Boccia

Een bal- en werpsport vergelijkbaar met petanque. Geschikt voor sporters met een hersenverlamming of met zware motorische beperkingen. Rolstoelgebruikers en stappers.

Quatrocycling

Een vierpersoonsfiets waarbij de begeleider stuurt en de andere deelnemers fietsen. Er wordt een parcours op het domein afgelegd.

*Je moet zelf de transfer naar de fiets maken.

Trail'O

In Inkendaal is er een trail-oriëntatie parcours uitgestippeld dat rolstoeltoegankelijk is. Bij regenweer kan een variant met een elektronisch systeem binnen worden gespeeld.

Boogschieten

Boogschieten op de liggende wip kan éénhandig of tweehandig, maar steeds vanuit stand.

Badminton

Hiervoor moet je minstens 1 arm kunnen gebruiken. Zowel vanuit de rolstoel als staand.

Petanque

Iedereen die 1 hand en arm kan gebruiken, kan aansluiten bij onze petanque-initiatie, die zal doorgaan op een kortgemaaid grasterrein. Zowel vanuit de rolstoel als staand.

Zumba

Zwier je spieren los onder leiding van zumbalesgever Siegfried Cobaró. Meer geschikt voor mobiele sporters, maar iedereen is welkom!

Powerchair hockey

Voor deze hockey moet je enkel je elektrische rolwagen kunnen verplaatsen. Deze sessies zijn enkel geschikt voor elektrische rolwagens.

Dans/Zitdans

Met een groepje dansen we in de spiegelzaal. Er wordt een dans aangeleerd. Voor de deelnemers die niet zo mobiel zijn, is er een sessie zitdans.

Judo

De eerste twee sessies zijn voorzien voor sporters die al zittend op de mat oefeningen kunnen doen. De andere sessie is uitsluitend toegankelijk voor mensen die rolstoel gebonden zijn.

INSCHRIJVINGSFORMULIER

Je kan ook ONLINE inschrijven: www.inkendaal.be
Kruis de initiatie en het uur van je keuze aan.

Volkspelen/Curling

10u 11u 13u 14u 15u

Boccia

10u 11u 13u 14u 15u

Quatrocycling*

10u 11u 13u 14u 15u

Trail'O

10u 11u 13u 14u 15u

Boogschieten

10u 11u 13u 14u 15u

Petanque

10u 11u 13u 14u 15u

Zumba

10u 11u 13u 14u 15u

Powerchair hockey (enkel)

10u 11u


Dans/zitdans

10u  11u (zitdans) 

Badminton

13u 14u 15u

Judo

13u  14u  15u 

Wandeltocht (5km)

10u 14u Ik ga mee in de rolstoel

Fietstocht (helm verplicht)

10u (5 km) 13u (15 km)

eigen fiets

