

Urheilukarnevaalit

ke 11.5.2016 klo 10.00–13.30

Leppävaaran urheilupuistossa (Veräjäpellonkatu 17, Espoo)

Teemana ”Teemme yhdessä”.

Tapahtuma on avoin kaikille vammaisille liikkujille. Karnevaaleissa voit kokeilla lukuisia eri yleisurheilulajeja (juoksu, pituushyppy, kuu-lantyöntö, keihäänheitto, kelaus). Lisäksi tarjolla on kuntokartoitus-rasteja ja ulkopelejä (pentankki, mölkky jne.).

Paikan päällä voi osallistua myös Special Olympics triathloniin. Tarjolla ovat jo neljättä kertaa pikatriathlonrastit (uinti, pyöräily ja juoksu). Uinti suoritetaan ennakkoon (100 m) ja pyöräily- ja juok-sustartit paikan päällä. Kickbiket, jopot ja erikoispyörät ovat myös tarjolla, varaathan ne etukäteen.

Karnevaalit ovat TELMA-koulutuksen yhteinen urheilujuhla ja tapahtuma sopii niin kokemattomille liikkujille kuin pitkään urheilun parissa olleille. Karnevaaleille voivat tulla myös ulkopuoliset ryhmät ja yksittäiset henkilöt niin kauan kuin paikkoja on. Mukaan mahtuu ensimmäiset 200 ilmoittautunutta.

Tule siis viettämään mukava päivä liikunnan parissa. Tapahtuman ollessa avoin ja ilmainen, jokainen osallistuja/ryhmä vastaa ruoka-huollosta itse. Kentällä on pientä urheiluvälipalaa tarjolla.

Tapahtumassa mukana Suomen Triathlonliitto, Special Olym-pics Finland, Soveltavan liikunnan apuvälinetoiminta Solia, Malike ry, Triforfun, Finntriathlon, Kickbike, Bioracer, Kissakalli-on urheiluopisto sekä triathlonseurat: Vantaa triathlon, Helsinki triathlon, Espoo triathlon ja Hyvinkään Pyöräilijät.

Kaikki liikkujat palkitaan – tervetuloa!

Ilmoittautumiset 2.5.2016 mennessä:

https://www.lyyti.fi/reg_2016/Urheilukarnevaalit_5175

Aikataulu:

- 9:30 Saapuminen ja alueeseen tutustuminen
- 10.00 Avaussanat ja ohjeet
- 10.15 Alkujumppa Kisakallion liikuntaneuvojaopiskelijoiden tyyliin
- 10.30 Liikuntarastit ryhmittäen
- 12.00 Special olympics pikatriathlon
- 12:15 Omien eväiden syömistä
- 13.00 Haasteviestit
- 13:15 Loppuveritytely KPAO:n tanssialan opiskelijoiden tahtiin