

Västernorrlands Parasportförbund

Simning Sundsvall Cup

Solens IF har deltagit på Sundsvall Cup i simning. Deltagande simmare var: Linnéa Bäckman S 14, Maria Carlsson S 14, Ellenor Engberg S 14, Jimmy Norin S 14 samt Manfred Åsman S 5 utom på bröstsim där han är SB 4.

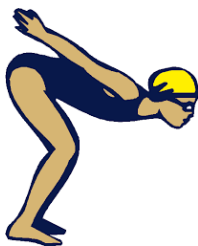
Manfred Åsman satt Svenskt rekord på 50 m Bröst på tiden 1,14,30 han simmar i SB 4. Han satt personliga rekord på 50 m Fritt, 100 m Fritt, 100 m Bröst, 50 m Rygg samt 100 m Rygg.

Linnéa Bäckman deltog på sju distanser och fick silver på 100 m Bröst, brons på 100 m Rygg samt Guld på 200 m Rygg

Ellenor Engberg deltog på 4 distanser och var nära sina personliga rekord.

Maria Carlsson deltog på 6 distanser och tog 4 personliga rekord
Jimmy Norin deltog på sex distanser och tangerade ett personligt rekord.

Det blev många fina prestationer, sammanlagt blev det 10 personliga rekord och ett svenskt rekord.



// Kerstin Norberg

Ansvarig utgivare

Årgång 2022, utgåva 6

Nyhetsbladet

Nyhetsbladet har som målsättning att skickas ut en gång i månaden med information om kommande evenemang eller evenemang som varit.

Västernorrlands Parasportförbunds föreningar uppmanas att skicka in material till nyhetsbladet så att det kan publiceras.

Kommande aktiviteter

Idrottskollo
Härnösand
27 juni - 1 juli

**Träff Parasportens
prova på dag**
Sollefteå
22 augusti

**Innebandyutbildning
för ledare**
Sundsvall
18 september

 **GLAD
SOMMAR** 



Prova på parasport i Örnsköldsvik

Under v 24 är det ett breddläger för ungdomar i Örnsköldsvik där dom under veckan får prova på olika sporter. Under måndagen var det dags för dom att prova på olika parasporter. Västernorrlands Parasportförbund var på plats med rullstolar och annat material.

Dagen börjar med en kort presentation av varandra, sedan kör vi instruktion för ungdomarna om rullstolarna, dom får börja testa och rulla lite innan vi kör igång så dom får lite känsla av hur rullstolarna fungerar.

Denna dag fick dom prova rullstolslalom , hinderbana och rullstolsbasket. Dagen avslutades med att ungdomarna delas upp i två grupper och vi körde en rullstolsstafett.

Västernorrlands Parasportförbund brukar vara med varje år men det har varit uppehåll under två år på grund av pandemin så det kändes roligt att det börjar komma tillbaka till det normala igen. Ungdomarna på lägret uppskattade dagen och vi är varmt välkomna nästa år igen.



// Marcus Holm

 **PARASPORT**
/VÄSTERNORRLAND



Special Olympic Games Malmö

Special Olympic Games arrangerades i Malmö den 16-19 juni. Där tävlades det i 12 idrotter och med 1000 deltagare från hela Sverige. Special Olympics Games är Sveriges största breddidrottstävling för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Special Olympics Games främjar arbetet för ett mer inkluderande samhälle och sätter viktigt fokus på förbättrad folkhälsa bland personer med intellektuell funktionsnedsättning.

Evenemanget arrangeras på flera platser i Malmö med utgångspunkt på Stadionområdet och är ett samarrangemang mellan Parasport Sverige, FIFH Malmö, Malmö stad och Region Skåne. Från Väster-norrland deltog följande föreningar med fina resultat, IF Rycket, Orren Parasportförening, Solens IF, Hussborgs golfklubb och Härnösands golfklubb.

Parallellt med evenemanget arrangerade Parasport Sverige en parasportkonferens tillsammans distrikten som finns runt om i landet där alla 19 distrikt var närvarande. Konferensen innehöll grupparbeten och att titta på spännande tävlingar.



// Marcus Holm

 **PARASPORT**
/VÄSTERNORRLAND

”Kometenruset” en av sommarens höjdpunkter

12 juni var det dags för det årligen återkommande ”Kometenruset” efter pandemiåren. Många aktiva, ledare, medföljare och ett helt gäng med spelare från Timrå IK med familjer deltog och trivdes under några timmar. Alla tog sig ett varv runt Sidsjön – alla utifrån sina förutsättningar. Alla aktiva tilldelades medalj efter utfört varv. Vi grillade och fikade, provade på Cornhole. Äntligen kunde vi återigen avsluta med dragkamp. Vem som vann efter bäst av tre försök. Det gjorde Kometerna – passar bra TIK får revansch nästa sommar. Tack alla för en fantastiskt mysig dag.



// Kickan Brandström

KOMETERNA!

IDROTT FÖR UTVECKLINGSBARA



Kometerna ingår i städa Sveriges städlandslag



Städa Sverige tillsammans med Bauhaus bygger det svenska städlandslaget – och det är landslaget där idrottsföreningar gör en miljöinsats. På Sveriges nationaldag 6 juni städade KFUM Kometerna tillsammans med över 100 föreningar i Sverige – från Sundsvall i norr till Svågertorp i söder.

Föreningarna tilldelades olika områden som de städade under några timmar på förmiddagen. KFUM Kometerna städade skidstadion och området kring övre Bredsand. Det var en insats som hjälpte både miljön och stärkte föreningskassan.

// Kickan Brandström



Sommarens Fagerdalsträning igång



I början på juni startade årets utomhusträning i Fagerdalsparken. Roligt att vi även denna sommar kan erbjuda varierad träning där alla kan vara med utifrån sina olika förutsättningar. Alla kan vara med och träna för att behålla eller förbättra grundkonditionen. Vi tränar styrka med olika redskap – några tränar Cornhole och bowling. Vi springer i trappor och slänter tränar armar och ben. Framförallt så trivs vi tillsammans.

// Kickan Brandström