

4. maj 2010

### **Sportsseminar i Vejen Idrætscenter**

Det er med stor glæde vi kan løfte sløret for det endelige program på Sportsseminaret. Vi glæder os meget til at se jer, og håber at i gennem dagene for nogle gode idætsoplevelser, der forhåbentligt kan inspirere jer til de fremtidige muligheder indenfor idrættens verden.

Vi er rigtig glade for at kunne byde velkommen til nogle af de ypperste danske idrætsudøvere.

Herunder det danske rugby landshold. Deres ene landstræner er amerikanske Brad Mikkelsen der har været med til at grundlægge sporten.

Den tidligere udlandsprofessionelle basketball spiller Jacob Dahl deltager, sammen med den dobbelte PL guldvinder og verdensrekordholder i atletik – Jakie Christiansen. Fra bordtennis får vi selskab af PL guldvinder Peter Rosenmeier. Fra tennis kan vi bl.a. byde velkommen til tidligere dansk singlemester og nuværende herredouble - og mixeddouble mester, Christoffer Holmer.

Programmet indeholder desuden foredrag ved sportspsykolog Martin Langagergaard fra Learn2improve, der ud over at være involveret i handicapidrætten også samarbejder med bl.a. Team Danmark og Jægerkorpset.

Vedhæftet findes en mere uddybende forklaring af de idrætter som i har mulighed for at teste i løbet af dagene.

I forbindelse med arrangementet er det vigtigt at huske træningstøjet da I skal være aktive i det omfang I har muligheder for dette.

Vedlagt er en pakkedliste til arrangementet.

Med venlig hilsen

Trine Margrethe Jensen  
Idrætsmedarbejder

Dansk Handicap Idræts-forbund

Hovedsponsorer



## Program



Torsdag d. 20. maj

	Tidspunkt
Ankomst og indkvartering	11:00 – 11:30
Velkomst og intro	11:30 – 12:15
Frokost	12:15 – 13:15
Aktivitet 1: Atletik	14:00 – 15:30
Aktivitet 2: Kørestolstennis	16:00 – 17:30
Aftensmad	18:30 – 19:45
Oplæg v. Jackie Christiansen om De Paralympiske Lege, træning og eliteidræt	20:00 – 21:30

Fredag d.21. maj

	Tidspunkt
Morgenmad	08:00 – 09:00
Aktivitet: Bordtennis og skydning	09:00 – 11:00
Oplæg v. Martin Langagergaard, Sportspsykolog Learn2improve	11:00 – 12:30
Frokost	12:30 – 13:30
Aktivitet: Kørestolsrugby	14:00 – 15:15
Aktivitet: Kørestolsbasket	15:15 – 16:30
Oplæg v. Sahva	17:45 – 18:45
Middag og socialt samvær	19:00 – 22:00

Lørdag d.22. maj

	Tidspunkt
Morgenmad og afrejse	9:00 – 11:00

Hovedsponsorer

