



Druga tura EXTRAtreningów z Avalon Extreme

Już w październiku startuje drugi cykl projektu EXTRAtreningów. W kolejnych 8 miastach wojewódzkich będą prowadzone treningi kondycyjno-siłowe, dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. W zajęciach sportowych będzie można wziąć udział w Kielcach, Szczecinie, Rzeszowie, Bydgoszczy, Lublinie, Łodzi, Zielonej Górze oraz Olsztynie.

Bezpłatne treningi

Drugi cykl EXTRAtreningów realizowany jest dzięki dofinansowaniu ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Bezpłatne treningi kondycyjno-siłowe wystartują w październiku i będą trwać do stycznia 2023 roku. Zajęcia będą się odbywać w obiektach treningowych przystosowanych do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Grupy treningowe poprowadzi trener, mający doświadczenie w pracy z OzN, przy wsparciu asystenta i wolontariusza. Wszystko po to, aby dać OzN możliwość realizowania się i pokonywania swoich barier poprzez uczestnictwo w zajęciach sportowych.

Zgłoś się już dziś!

Avalon Extreme zaprasza wszystkich mieszkańców Kielc, Szczecina, Rzeszowa, Bydgoszczy, Lublina, Łodzi, Zielonej Góry oraz Olsztyna do wspólnych treningów. Jeśli jesteś osobą z niepełnosprawnością, lubisz sport bądź chcesz rozpocząć sportową przygodę, to EXTRAtrening jest właśnie dla Ciebie! Już dziś zapisz się, wysyłając zgłoszenie na adres: kontakt@avalonextreme.pl

“Już od 7 lat jako Avalon Extreme zachęcamy osoby z niepełnosprawnościami do próbowania swoich sił w ekstremalnych dyscyplinach sportowych. EXTRAtrening to projekt ogólnopolski, ponieważ zależy nam na zwiększeniu dostępności sportowej w całym kraju. Dzięki pozytywnym opiniom uczestników z pierwszego cyklu mamy pewność, że treningi są bardzo potrzebne. Takie treningi mogą być pierwszym krokiem do poznania swojej nowej pasji.”

Aleksandra Kogut, kierowniczka projektu Avalon Extreme.

Całość projektu jest realizowana pod hasłem „Wystarczy zacząć”, co jest nawiązaniem do kampanii społecznej Avalon Extreme, zachęcającej do uprawiania sportu przez osoby z niepełnosprawnościami. Treningi mogą pomóc im w rozpoczęciu nowego etapu w życiu – lepszej sprawności fizycznej, społecznej i emocjonalnej. Bo wystarczy tylko podjąć działanie! Zapraszamy wszystkich, którzy chcą wziąć udział w treningach. Jest to szansa na rozpoczęcie swojej przygody ze sportem, poprawę formy fizycznej oraz poznanie nowych osób.

Avalon EXTREME to projekt realizowany przez Fundację Avalon, którego misją jest zmiana postrzegania niepełnosprawności poprzez promocję sportów ekstremalnych. Pokazując osoby z niepełnosprawnościami jako ludzi aktywnych, samodzielnych i odnoszących sukcesy sportowe w widowiskowych i ekstremalnych dyscyplinach, Fundacja udowadnia, że niepełnosprawność nie stoi na przeszkodzie do samorealizacji i rozwoju pasji. Fundacja w ramach Avalon EXTREME tworzy nowe miejsca szkoleniowe i treningowe dla osób z niepełnosprawnościami oraz współpracuje z gronem ambasadorów popularyzujących sporty ekstremalne.

Fundacja Avalon to jedna z największych organizacji pozarządowych w Polsce wspierających osoby z niepełnosprawnościami i przewlekle chore, powstała w 2006 roku, a od roku 2009 posiada status organizacji pożytku publicznego. Ma siedzibę w Warszawie, jednak swoim wsparciem obejmuje osoby potrzebujące z całej Polski. Fundacja oferuje pomoc potrzebującym w obszarze finansowym, a także prowadzi szereg programów społecznych i edukacyjnych, mających na celu aktywizację OzN a także zmianę postrzegania osób z niepełnosprawnościami w polskim społeczeństwie.

Fundacja Avalon aktualnie wspiera ponad 12500 osób z całej Polski. Łączna wartość pomocy udzielonej przez Fundację swoim podopiecznym wynosi ponad 270 mln złotych.