

Tirsdagsholdet

"Dit livs fodboldtræning"

Du får frisk luft, hygge, let motion og personligt afstemt træningsøvelser, der tilpasses din fysiske kapacitet. Køn eller fodboldevner spiller ingen rolle – bare hav lyst til livet og fodbold. Føler du at det er blevet lidt for hektisk at spille med om torsdagen - eller - har du bare lyst til lidt ekstra træning ud over Torsdagskampene. Som KB-medlem står det nye ekstra tilbud gratis åbent for dig!

Kom og bliv en del af et trygt fodboldfællesskab i Kerteminde Boldklub. Det handler om at bevæge sig og have det sjovt!

Vi byder mennesker med demenslignende symptomer, demens i tidligt stadie, og andre udfordringer som f.eks. nedsat lungekapacitet, motorisk besvær, samt pårørende, naboer, venner, eller andre interesserede velkommen.

Uanset fodbolderfaring er der plads til alle.

Der tages hensyn til hver enkelt spiller, og når bolden ruller, passer vi på hinanden.

Igennem fodbolden og det sociale samvær ønsker vi at løfte livskvaliteten og skabe glæde i trygge rammer.

Du behøver ikke fodboldstøvler men kom i behageligt tøj og fodtøj, du kan bevæge dig i.

Praktiske informationer

Træningstidspunkt: Tirsdage kl. 10-11

Sted: Kerteminde Boldklub, Enggade 19, 5300 Kerteminde

Indmeldelse - klik [her](#)

BLIV EN DEL AF ET FODBOLDFÆLLESSKAB



Motionsfodbold har positiv effekt for krop og sundhed i almindelighed, men det er bevist, at der er særligt positive effekter ved at holde sig fysisk i gang, når man lever med en demensdiagnose.

Holdets stab

Træner



Anne Guldborg

guldborganne@gmail.com

Tlf.: [22323868](tel:22323868)