

Da tilbudet ikke fantes, lagde han det selv

Robert Lund gikk i bresjen for å starte trening for mennesker med utviklingshemming.

LEVANGER

Med 30 år innen judo og med faglig kompetanse som vernepleier, gikk Robert Lund til verks etter at forbundet tipset om mulig støtte.

Ideen hadde vært der i flere år, og ble satt ut i livet da muligheten for støtte dukket opp.

Etter at vi gikk i gang tok det ikke lang tid før tilbudet var oppe og gikk, sier Lund.

Spredte ordet

Med litt assistanse fra Norsk Forbund for Utviklingshemmede fikk judoklubben spredt ordet rundt i lokalområdet. Nå ønsker han å spre tilbudet lenger ut.

Fra starten av har det vært sta-

bilt med 15-20 deltakere i gruppen, men det er åpent for alle.

- Det er nå en gratis prøveperiode fram til jul så man kan komme og sjekke ut før man eventuelt melder seg inn, sier Lund, som mener dette tilbudet trengs i nærområdet.

- Det er få tilbud med sporter hvor man bruker hele kroppen, sier han.

Tilrettelegges for alle

Mette Julie Hermstad forteller det samme. Hun er mor til Tomas Alexander Høiseth som bruker tilbudet.

- Det finnes håndball og fotball, men dette er en annerledes motorikk- og kondisjonstrening. Og så er det ufarlig og man kommer ut av komfortsonen, sier Hermstad.

Treningene er først 45 minutter med opplegg og så 10-15 minutter med sosialt og litt å bite i.

- Dette har vært en fantastisk opplevelse for oss, sier Hermstad, som startet på trening med sønnen i høst.

Judo er en individuell sport og kan derfor enkelt tilrettelegges.

Arrangerer regionstevne

Treningstimen starter med oppvarming i form av sura og stiv heks før Robert Lund lærer bort og demonstrerer nye kasteteknikker.



F.v. Tomas, May Britt, Sølve, Stig, Roar, Mario, Per Kristian, Nora, Elise, Robert Lund, Hege Lill, Daniel, Jørgen og Zakaria.

Alle foto: Birgitte Græsli Nordvoll

De øver seg til regionstevne som skal holdes i Levanger Judo klubb sine lokaler den 27. januar.

Lund ønsker også allevelkommen til juleavslutning 18. desember i judoklubb-bygget.

- Vi ønsker at enda flere skal bli med, hele regionen faktisk, avslutter Lund.

BIRGITTE GRÆSLI NORDVOLL



De får også prøvd seg på læreren.



Robert Lund demonstrerer kasteteknikker.

Julen starter HOS BELLINI!

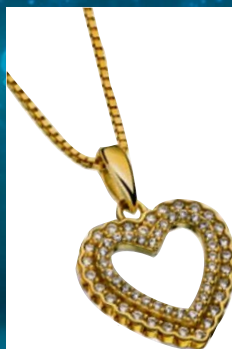
Valentino gavepakke
975,-



Prada gavepakke
1250,-



Ring i gull
0,21 ct WP
Veil. 12.999,-
8.999,-



Smykke i sølv
med zirkonia.
Veil. 799,-
499,-



Sjekk ut PAN-katalogen!

Sjekk
Bellini
først!

Bellini **SKIN tonic**
gullsmid & parfymeri

AMFI Verdal

Tlf. 954 95 224

►► Bli med i vår nye **kundeklubb**! Få en gavesjekk verdi kr. 50

Skann og bli medlem»

