

**Kom och pröva på Parahandboll**

IF Hellton Karlstad välkomnar dig på en Kick Off-dag till Sundsta bad- och idrottshus.

Under dagen kommer du få chansen att testa på rullstols-handboll och även få information om vår fortsatta verksamhet inom Parasport.

Vi riktar oss till dig som har rörelsenedsättning och är över 12 år.

**För vem?**

Alla är välkomna oavsett tidigare handbollserfarenheter.

I Parahandboll finns det något som kallas mix-klass, vilket innebär att både män och kvinnor tränar och tävlar tillsammans.





**Vad ingår?**

I Kick Off-dagen ingår det två träningspass, en gemensam lunch samt inträde till IF Hellton Karlstads match i Damallsvenskan mot Eskilstuna GUIF den 21 november.

Anmälan:

Ange namn, ålder och eventuella allergier till; parahandboll@hellton.se

Avgift (100kr/person):

Betala in till klubbens Bankgiro eller Swish innan 14 november.

Märk betalning med namn + KickOff
Exempel: Kalle Karlsson KickOFF