



Stockholm 2020-08-30

Jag Kan Cykla – Stockholm höstlovet 2020

Vad: Fem dagliga cykeltillfällen á 90 min, med start kl. 09.00 eller 10.45
När: Höstlovet, måndag - fredag, 26 – 30 oktober 2020
Var: Liljeholmshallen, Mejerivägen 4, Stockholm
Avgift: 400 kr per deltagare
Anmälan: bengt@fubstockholm.se

Välkommen till cykellägret *Jag Kan Cykla*, ett projekt initierat av FUB Stockholm finansierat av Arvsfonden.

Vi vill lära barn och ungdomar cykla tvåhjulning och ser fram emot att se er familj som deltagare. Föräldrar och vårdnadshavare får gärna vara på plats och peppa under lägret men cykelträningen tar vi hand om. Varje cyklist kommer att ha en till två ledare.

Nedan förutsättningar som deltagarna ska uppfylla

- vara minst 8 år
- ha intellektuell funktionsnedsättning
- kunna delta samtliga fem tillfällen
- kunna gå
- kunna bära "vanlig cykelhjälm"
- vara mellan 130 och 165 cm lång
- vara medlem i FUB

Intresset är stort och vi tänker att det är viktigt för ungdomarna med rörelse så långt det är möjligt och väljer att erbjuda cyklingen utomhus. JagKanCykla följer utvecklingen av Covid -19 noggrant och anpassar verksamheten till myndigheternas riktlinjer.

För de cyklister som deltar så är vår ansats att:

- Vi håller avstånd
- Inga handhälsningar, "high fives" eller kramar
- Vi delar inte vattenflaska/muggar
- Viktigt att tvätta/desinficera händer innan och efter cyklingen (vi kommer att ha handsprit på plats)
- Ledarna är förebilder och följer FHM:s rekommendationer
- Under korta sekvenser kommer ungdomarna/ledarna nära varandra, vilket vi får acceptera
- Viktigt att stanna hemma vid förkylningssymptom

Platserna är begränsade, anmälningstiden avgör.

Betalning sker efter bekräftelse av plats.





Med vänliga hälsningar

Bengt Lyngbäck

0706591650

bengt@fubstockholm.se

