



Nieuw in Limburg Inclusive karate

Gratis workshop, voor iedereen toegankelijk!

Geef je op en doe mee met de clinic inclusive karate in de aula van Adelante!

Datum:

woensdag 27 februari

Tijdstip:

09.30-10.30 uur lopers
11.00-12.00 uur rollers

Doelgroep:

(ex) revalidanten, therapeuten, sportleraren en andere geïnteresseerden

Doel:

Kennis maken met inclusive karate

Organisatie:

Het Sportloket van Adelante organiseert deze workshop in samenwerking met Annelies Creemers. Annelies is 51 jaar en beoefent al 35 jaar karate. Begin vorig jaar heeft ze de cursus bij Eric Bortels succesvol afgesloten.

Opgeven/contact:

Sportloket (gelegen tussen wachtruimte 8 en 9)
045 - 528 22 46
sportloket@adelante-zorggroep.nl



Annelies Creemers- Bremmers
anneliesbremmers@gmail.com
06 - 37 27 07 97

Wat is inclusive karate?

Inclusive karate is karate voor mensen met een lichamelijke of een verstandelijke beperking. De methode is ontwikkeld door de Belg Eric Bortels. Zijn doelstelling is dat iedereen karate moet kunnen doen op zijn eigen manier en dat niemand wordt uitgesloten. Het karate wordt aangepast aan de persoon en niet andersom.

De methodiek die Eric heeft ontwikkeld is in 2014 wetenschappelijk onderzocht door de Hogeschool van Gent. Uit het onderzoek blijkt dat mensen op fysiek vlak beter functioneren door deelname aan inclusive karate. Inclusive karate is erkend door de nationale karate federatie.