

Als u een beperking heeft, is de drempel om lid te worden van een 'gewone' sportvereniging vaak hoog. Bij Basalt kunt u onder persoonlijke begeleiding van een bewegingsagoog of fysiotherapeut meedoen aan verschillende soorten sport, zoals tafeltennis, rolstoelbasketbal en badminton. Op uw eigen manier en naar uw eigen mogelijkheden. Zo kunt u op een verantwoorde en ontspannen manier blijven bewegen.

Voor wie is Move 2 Live bedoeld?

Move 2 Live is bedoeld voor volwassenen met een lichamelijke beperking of chronische ziekte zoals bijvoorbeeld: CVA, MS of amputatie, die onder deskundige begeleiding van een bewegingsagoog of fysiotherapeut willen sporten in een aangepaste omgeving.

Wat biedt Move 2 Live?

- Lotgenotencontact
- Veel gezelligheid en sportplezier
- Deskundige begeleiding
- Informatie en advies

Kennismaking en kosten

Wilt u ontdekken of Move 2 Live bij u past? U bent van harte welkom voor een gratis proefles!

We werken met strippenkaarten voor 13 of 26 trainingen. Elke training duurt een uur (inclusief het klaarzetten en opruimen van de materialen).

- 13 trainingen: € 97,50 (bij 1 training per week)
- 26 trainingen: € 156,00 (bij 2 trainingen per week)

Houd er rekening mee dat Move 2 Live in principe niet wordt vergoed door uw zorgverzekeraar.

Sportgroepen

Loopgroep C | Donderdag 10.15 uur

Gevarieerd aanbod van sport- en spelactiviteiten in een groep personen die lopend, zonder steun, versneld wandelend en/of hardlopend, bewegingsactiviteiten kunnen uitvoeren met gebruik van één of beide armen.

Zwemmen | Dinsdag 13.00-14.00 en 14.00-15.00 uur Woensdag 12.00-13.00, 13.00-14.00, 14.00-15.00 uur

Banen zwemmen voor personen die afhankelijk zijn van de speciale faciliteiten die ons zwembad biedt. U kunt zwemmen en zich veilig bewegen in het water, zonder hulp van anderen. De bodemdiepte van het zwembad is 1.35 meter. U kunt zich ook zelfstandig aan- en uitkleden of heeft hulp bij u.

Het willen zwemmen in verwarmd water is niet voldoende reden om deel te nemen aangezien er voldoende zwembaden met verwarmd water in de regio te vinden zijn.

Badminton | Woensdag 10.15 - 11.15 uur

Spelen van badminton, staand of in een rolstoel. U moet voor deelname aan deze groep zelfstandig en veilig kunnen staan. U dient de basisslagen van het badminton redelijk te beheersen.

Tafeltennis | Dinsdag 11.15 uur

Spelen van tafeltennis, staand of in een rolstoel. U moet zelfstandig, zonder steun, veilig kunnen staan om aan deze groep deel te kunnen nemen. U dient de basisslagen van het tafeltennis redelijk te beheersen.

Rolstoelbasketbal | Donderdag 13.15 - 14.15 uur

Onder leiding van een bewegingsagoog of fysiotherapeut rolstoelbasketballen in een groep voor personen die tijdelijk of definitief van een (handbewogen) rolstoel gebruik maken. U bent vaardig in het voortbewegen van de rolstoel en wendbaar vanuit de stoel. U kunt snel handelen en bewegen vanuit de rolstoel.



Inschrijfformulier Move 2 Live

Hoe kunt u zich inschrijven?

1. Kruis hieronder aan voor welke groep u zich wilt aanmelden.
2. Vul uw gegevens volledig in op dit formulier.
3. Stuur het formulier op:
 - a. per e-mail m.vanderborden@basaltrevalidatie.nl.
 - b. of per post naar: Basalt, t.a.v. Move 2 Live, Wassenaarseweg 501, 2333 AL Leiden.
 - c. of geef het af op bovenstaand adres.

Na ontvangst van het ingevulde formulier wordt u uitgenodigd voor een proefles.

De bewegingsagoog bepaald of u aan de criteria voor deze groep voldoet. Pas na zijn / haar toestemming kunt u een strippenkaart aanschaffen.

Persoonlijke gegevens

Voor- en achternaam:

Adres:

Postcode en woonplaats:

Telefoon:

Mobiel:

E-mailadres:

Geslacht: man vrouw anders

Geboortedatum:

Naam contactpersoon:

Telefoon/mobiel contactpersoon:

Huisarts:

Telefoon:

Welke aandoening heeft u?

Kruis aan voor welke groep u zich voor wilt inschrijven

Loopgroep C Zwemmen Badminton Tafeltennis Rolstoelbasketbal

Aansprakelijkheid

Het deelnemen aan activiteiten bij Move 2 Live geschiedt geheel op eigen risico. Medewerkers van Move 2 Live en/ of Basalt kunnen nooit aansprakelijk worden gesteld voor eventueel letsel en/of schade. Door ondertekening van dit formulier verklaart u op de hoogte te zijn van deze voorwaarden en dat u ermee akkoord gaat.

Datum:

Handtekening:

