

Rennen als je in een rolstoel zit?



RACE
RUNNING





**RACE
RUNNING**



Wat is RaceRunning?

RaceRunning is een para-atletieksport. RaceRunning doe je op een driewielframe zonder pedalen en met een borststeun. Je gebruikt je voeten om je voort te bewegen, waardoor je kunt lopen of zelfs rennen!

Voor wie?

De RaceRunner is geschikt voor kinderen, jongeren en (jong) volwassenen met een lichamelijke beperking (zoals bijvoorbeeld cerebrale parese, spina bifida of syndromen) die in het dagelijks leven een rollator of rolstoel gebruiken om zich voort te bewegen. Ook als je een beperkte handfunctie hebt, is het mogelijk om aan RaceRunning te doen.

Naast het feit dat RaceRunning zeer geschikt is om bijvoorbeeld de conditie te verbeteren, kunnen atleten aan sportactiviteiten deelnemen en lid zijn van een sportvereniging!

Is RaceRunning iets voor jou?

Door heel Nederland zijn er verenigingen die deze sport aanbieden. Kijk op onze website voor een vereniging bij jou in de buurt.

www.racerunning.nl

