

## Paragymnastik för barn och ungdomar!

**Föreningen Göteborgsgymnasterna har en vision om att vara tillgänglig för alla. Utifrån denna vision startades paragymnastiken upp för barn och unga som har behov av att gå i en anpassad grupp.**

Hösten 2022 startade föreningen upp paragymnastik för barn och ungdomar i Lundenhallen. Ett år senare utökades verksamheten till två grupper. Gymnasterna är 6-21 år och uppdelade efter ålder i de två grupperna. En av tränarna för paragymnastiken är Thea Björklund som också är tränare i allt från tävlingsgrupper till träningsgrupper för olika åldrar.

- Det är lite färre gymnaster i varje grupp och vi jobbar med bildstöd och andra anpassningar för de som behöver men i övrigt så är det väldigt likt våra andra träningsgrupper. Alla gymnaster tränar utifrån sin egen nivå, säger Thea Björklund.

Träningen sker i Lundenhallen där Göteborgsgymnasterna har en fullutrustad teknikhall för gymnastik. Gymnasterna får bland annat träna grundmotorik, koordination, styrka, uthållighet och röra sig till musik. Meningen är att varje gymnast ska få utmanas på sin egen nivå. Målet är att paragymnastiken ska vara en lika självklar del i verksamheten som alla andra grupper och att det ska finnas grupper för alla åldrar.

- Vi hoppas att verksamheten kan utvecklas ännu mer med tiden och att vi kanske till och med kan ha en grupp som vill tävla lite i framtiden, säger Thea Björklund.

Göteborgsgymnasterna har växt mycket under de senaste åren och är nu en av kommunens största trupp-gymnastikföreningar med 1750 medlemmar. Föreningen finns i östra delen av staden från Örgryte/Kålltorp och ända ut till Bergsjön och Lövgärdet. Göteborgsgymnasterna har en tydlig profil kring inkludering och vill vara en gymnastikförening för alla. De har grupper för alla åldrar, från ca 2 år och till pensionärer, och grupper på olika nivåer från träning till tävling. Den här terminen har även paragymnastikverksamheten växt från en grupp till två.

### Presskontakt

[kansli@goteborgsgymnasterna.se](mailto:kansli@goteborgsgymnasterna.se)

079 347 37 08

