

Västernorrlands Parasportförbund

Strålande resultat på Para-SM



Årets SM-vecka för simningen genomfördes i Landskrona, både SM och Para-SM. Det är andra året som SM och Para-SM arrangeras tillsammans. Kometerna hade två simmare på plats Felicia Andersson och Gustav Ljungberg båda tävlar i S14 klassen. Tävlingsarna avgjordes i strålande sol i Citadellsbadets 50 m bassäng under tiden 4–8 juli. Både Felicia och Gustav kan vara mer än nöjda med sin Para-SM vecka. De har båda och presterat över förväntan.

Felicia har satt personligt rekord på varje distans hon har simmat. Ibland har hon persat både i försök och final. Hon tog sig till final på varje sträcka hon var anmäld, oavsett samsätt. Felicia simmade hem ett silver och tre brons. Som extra grädde på moset nådde hon EM kval gränsen på 200 fritt, 100 bröst och 200 medley. Kom ihåg att "Flisan" fortfarande är junior 17 år ung men tävlar i seniorklassen.

Gustav genomförde också ett jättefint Para-SM med flera nya personliga rekord. Han tog sig också till final och nådde som bäst en fin 5:e placering på 100 bröst.

Tack för underhålningen "Flisan" och Gustav vi har suttit klistrade vid TV:n under SM veckan

// Kickan Brandström

KOMETERNA!

IDROTT FÖR UTVECKLINGSBARA



Årgång 2018, utgåva 7

Nyhetsbladet

Nyhetsbladet har som målsättning att skickas ut en gång i månaden med information om kommande evenemang eller evenemang som varit.

Västernorrlands Parasportförbunds föreningar uppmanas att skicka in material till nyhetsbladet så att det kan publiceras.

Kommande Evenemang!

11 augusti

Mittsverigeserien i boccia
Erikhofs IP, Erikslund

18-19 augusti

Mittsverigeserien i boccia
och DM utomhusboccia
Holmvallen, Holm

25 augusti

Prova på rullstolstennis
Sundsvall

28 augusti

Styrelsemöte VPSF
Sollefteå



Pride-paraden 2018



Den 7 juli var det dags för årets Pride-parad i Sundsvall. För Kometerna är det en självklarhet att delta i paraden och manifestera för att idrotten skall vara öppen för alla. Vi konstaterar med glädje att paraden ökar i totalt antal deltagare för varje år. Årets parad var den hittills största trots att det var fotbolls VM och Sverige spelade match mot England under lördagen. Tack alla Kometer som var med och manifesterade!

// Kickan Brandström

KOMETERNA!

IDROTT FÖR UTVECKLINGSBARA



Inspirations & simteknikläger



Kometerna har genomfört ett lärorikt och intressant läger på Himlabadet. Det har varit tre intensiva träningsdagar 25/7, 26/7 och 30/7. Tränare för lägret har varit Sebastian Holmberg som har genomgått utbildningen Exercise Science Fitness Professional i USA.

Sebastian har de senaste åren pluggat och simtränat i USA. Han har varit simmare i 20 år och är flerfaldig svensk mästare och semifinalist på EM. Våra simmare har genomfört dubbla tvåtimmars pass morgon och kväll. De har också fått lyssna på en föreläsning med Sebastian om bl.a träning, tävling och motivation.

Ett av passen bestod av fysträning i Polepoints lokaler där simmarna fick träna styrka och kondition. Deltagande simmare på lägret var Felicia, Caroline, Jens, Gustav, Levina, Meja och Embla. Vid sin sida har också Sebastian haft hjälp av Ilona och Carl.

Vi är tacksamma över att ha kunnat erbjuda ett så bra läger på Himlabadet. Våra simmare behöver träning i 50 m bassäng. Alla deltagare var jättenöjda med lägret

// Kickan Brandström



Ansvarig utgivare



Västernorrlands Parasportförbund
Box 890, Nordichallen
851 24 Sundsvall
parasport.vasternorrland@vnirott.rf.se
www.parasport.se/vasternorrland
Tel: 070-6054128