



## Årsrapport for idrett for utviklingshemmede 2022

I 2022 ble det bare arrangert et stevne, på Brandbu stadion 20,21 august. Vi hadde avtale med hotell Hadeland om overnatting og bankett. Det var påmeldt ca 25 deltagere, pluss ledsagere. Veldig mange kom på hotellet på fredag, der vi hadde en to retters middag. Lørdag var det tidlig avreise etter frokost til Brandbu stadion, der vi hjalp til med rigging før lagleder møte.

Ca kl 9.30 var det innmarsj med der deltagerne gikk lagvis med klubbnavn, så ble det offisiell åpning med Norges president og leder for idrettsforeningen. Vi hadde felles oppvarming før øvelsene startet.

Første øvelse var 100 meter. Deretter fulgte 400 meter, kule, kast liten ball, og lengde uten tilløp.

Så hadde vi pause, det ble servert gryterett med salat og ris til alle sammen. Etter pausen var det kan du, kan jeg, et løp der alle deltagere, ledsagere, og publikum kan løpe så mange runder de vil i løpet av en halv time. De har et kort som blir stemplet for hver runde de gjennomfører. Løpet koster 50,-kr og alle får medalje. Det varierte fra en runde, til 15 runder.

Så var det avreise til hotellet, litt egentid og sosialt samvær for de som ville det. Det er en flott terrasse på hotellet der alle nyter solen, og slapper av.

Kl 19.00 var det bankett med buffe, litt loddtrekning og hygge. Kvelden fortsatte på terrassen med litt prat, musikk og dans.

Søndag var det frokost, pakking, og avreise til banen.

Det var tid for finale runder i alle øvelser, og deltagerne ga alt for å vinne. En fantastisk stemning, idretts glede, og vellykket premie utdeling.

En stor takk til Brandbu IF for all hjelp, de er positive og hjelpsomme. En takk til de som stilte opp fra Civitan, frivillige som også hjalp til.

Håper flere fra Civitan kommer neste år, vi trenger hjelpere, og ikke minst publikum.

Robert Horst  
Idrett for utviklingshemmede