



# Mobil mit SHT

Mit dem Fahrrad zu mehr Mobilität



Du fährst gerne Fahrrad, traust Dich aufgrund Deiner Einschränkungen jedoch noch nicht in den Sattel? Dann ist dieses Seminar genau das Richtige für Dich!

Hier hast Du die Möglichkeit, verschiedene Fahrräder auszuprobieren und das Richtige für Dich zu finden. Ob Tourenrad, Dreirad, Tandem oder Rollstuhlrad - **für alle Teilnehmenden ist etwas dabei!** Im Fahrsicherheitstraining kannst Du Dich ausprobieren und Sicherheit gewinnen. Dabei erhältst Du natürlich Unterstützung und bekommst wertvolle Tipps.

Den Höhepunkt des Seminars bildet eine gemeinsame Radtour.

Durch das Radfahren erlebst Du mehr Mobilität und erweiterst Deinen Aktionsradius. Und ganz nebenbei bist Du körperlich aktiv und erlebst Spaß. Neben dem Radfahren tauschst Du Dich mit anderen Betroffenen aus und erhältst in offenen Gesprächsrunden Unterstützung und neue Impulse.

## Das erwartet Dich

In dem Seminar

- probierst Du verschiedene Fahrradtypen aus,
- erhältst Du viele neue Impulse und hilfreiche Tipps,
- erlebst Du Spaß in der Gemeinschaft,
- tauschst Du Dich mit den anderen Teilnehmenden intensiv aus.

In Kooperation mit



## Termin

---

16.08.-18.08.2024

## Ort

---

Dresden; DGUV Akademie

## Preis

---

kostenfrei, incl. Kost & Logis

## Anmeldung

---

[www.zns-akademie.de](http://www.zns-akademie.de)