

# SLUTTRAPPORT



**Rullestoldans i regi av Elvebyen Sportsdanskeklubb**

**Søkeorganisasjon:** Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite

**Prosjekt ansvarlig:** Hilde Skogholt

**Prosjektnummer:** 2017/HE1-151503

**PROSJEKTET ER STØTTET MED MIDLER FRA:**

## FORORD

Jeg vil først og fremst rette en stor takk til Extrastiftelsen, som innvilget støtte og gjorde det mulig å gjennomføre prosjektet "Rullestoldans» i perioden 2017-30/5-2018. Overordnet mål med prosjektet var å inkludere mennesker med utviklingshemming i sportsdans via vår klubb, Elvebyen Sportsdanskklubb.

Tilbakemeldingene fra de som har vært på trening har vært positive og trenerne våre har fått øynene opp for rullestoldans.

Jeg ønsker også å takke trenerne i klubben som har satt seg inn i rullestoldans med glød og iver. De har også brukt av sin fritid til å sette av ekstra treninger i forkant av konkurranser samt har vært med et av parene til Nederland på konkurranse. Dette var en enorm støtte for paret som da stilte på en internasjonal utenlandsk konkurranse.

# SAMMENDRAG

## **Bakgrunn og målsetting:**

Elvebyen Sportsdanskklubb er en danseklubb innunder Norges Danseforbund. Vi ble startet i 2010. Klubben kjører i dag mange kurs som barnedans, nybegynnerkurs, rekruttering, konkurranseklasse og eliteklasse. Vi har i dag også et par på landslaget.

Tidligere var både sportsdans og rullestoldans mye større i Norge. Norge hadde mange meget gode plasseringer ute internasjonalt. Så har det gått en tid hvor dansen ikke har vært like mye i tiden. Nå er Norge igjen på fremgang og det er viktig at vi drar med oss rullestoldansen samtidig.

Pr i dag finnes det veldig lite aktiviteter for rullestolbrukere i Drammen og omh.

Koblingen mellom det å selv ha en bror i rullestol og samtidig drive en klubb med muligheter for å gjøre noe aktivt satte dette hele i sving.

## **Gjennomføring:**

Vi har gjennomført ukentlige treninger hele 2017 og våren 2018. Første halvår av 2017 brukte våre trenere en del tid på opplæring i hvordan de skulle undervise denne danseformen. Etter hvert som våre trenere ble mere selvstendige gjennomførte de treningene selv uten hjelp. De har også laget koreografier til par både i standard og latin. I påsken reiste et av parene til Nederland på en større internasjonal konkurranse. Her ble hovedtreneren vår med for å hjelpe paret.

Vi har vært med på en åpen dag i Mjøndalen for funksjonshemmende høsten 2017.

## **Oppnådde resultater:**

Til sammen har vi hatt 8 rullestolbrukere med forskjellige ledsagere på kurs hos oss. Dette er mindre enn målet vårt. De som har vært hos oss har vært fornøyde og et av parene er i gang med å konkurrere. De er meget ivrige og ønsker å satse videre.

Trenerne og danserne våre har fått et meget godt og positivt inntrykk av rullestoldans. De også ser viktigheten av denne inkluderingen.

## **Veien videre:**

Vi har opplevd at det er mye vanskeligere enn vi trodde å få dette til. Det er vanskelig å komme i kontakt med brukere. En rullestoldanser er avhengig av en partner som ønsker like mye som seg selv. Dette kan være vanskelig om rullestoldanseren kommer alene eller med en ansatt hjelper.

Vi samarbeider med klubben Fristil som er den eneste klubben i Norge som jobber med denne danseformen. Vi fortsetter samarbeidet for å se hva vi kan få til. Økonomisk kan ikke rullestoldans bære seg selv uten midler utenifra. Dette er det for få dansere til.

## **Innholdsfortegnelse:**

1. Forord
2. Sammendrag
3. Bakgrunn for prosjektet
4. Prosjektgjennomføring
5. Resultater og resultatvurdering
6. Oppsummering/konklusjon/veien videre

### **3. Bakgrunn for prosjektet:**

Elvebyen Sportsdanskklubb er en danseklubb innunder Norges Danseforbund. Vi ble startet i 2010. Klubben kjører i dag mange kurs som barnedans, nybegynnerkurs, rekruttering, konkurranseklasse og eliteklasse. Vi har i dag også et par på landslaget.

Undertegnede som i dag er leder var med på å starte klubben.

Ved siden av å være leder for danseklubben sitter jeg også i sportsdanseseksjonen i Norges Danseforbund. Der sitter jeg i styret sammen med Tor Erik Sørensen som er en av de få i Norge som virkelig satser på rullestoldans.

Tidligere var både sportsdans og rullestoldans mye større i Norge. Norge hadde mange meget gode plasseringer ute internasjonalt. Så har det gått en tid hvor dansen ikke har vært like mye i tiden. Nå er Norge igjen på fremgang og det er viktig at vi drar med oss rullestoldansen samtidig.

Jeg har en bror som i en alder av 20 år ble lam etter en stupeulykke. (Er i dag 48 år) Jeg har derfor sett hvilke problemer og muligheter som finnes for rullestolbrukere.

Pr i dag finnes det veldig lite aktiviteter for rullestolbrukere i Drammen og omh.

Koblingen mellom det å selv ha en bror i rullestol og samtidig drive en klubb med muligheter for å gjøre noe aktivt satte dette hele i sving.

I samarbeid med Tor Erik Sørensen satte vi i gang et prøveprosjekt ved påsketider 2016.

#### **Betydning for utøver**

Dans gjør folk glad. Danse gjør man fra man er liten til man er gammel. I vår danseform som krever to personer kan rullestolbrukeren ta med seg en venn, en kone/mann, en kjæreste, en mor el far eller en hjelper. De kan også komme alene, men da prøver vi å få noen fra vår klubb til å stille som den stående partneren. Denne idretten er ikke en «tøff» idrett. Den kan passe mange. Den gir rullestolutøveren god holdning. (Jobber mye med overkropp).

Rullestoldans gir utøveren en god holdning som er meget viktig når man sitter i rullestol.

Du kan drive med dette som hobby eller du kan drive med det som konkurranseidrett. Det arrangeres NM i Norge. Da sammen med vanlig NM i sportsdans.

#### **Målgruppe**

Målgruppen er alle som har behov for rullestol. Dette gjelder alle aldre.

Vi kan ta imot både de med manuelle stoler og også de med elektriske stoler.

Det er også mulig å danse to rullestolbrukere sammen.

## 4. Prosjektgjennomføring

### Markedsføring av prosjektet:

Vi har gått aktivt ut til alle barne- og ungdomsskoler med informasjon om kurset. Siden kurset har vært gratis har skolene kunne distribuere dette videre. Vi har også markedsført dette på vår hjemmeside, facebook og andre facebooksider for funksjonshemmede (bl.a. «LARS»)

Vi har også hatt Drammens Tidene på besøk 2 ganger på våre treninger. Vi har også skrevet om paret som har konkurrert både på facebooksidene «Sportsdans i Norge», Norges Danseforbund sine hjemmesider samt at Drammens Tidene har laget reportasje av paret etter konkurransen.

Vi har vært til sted på åpen dag i Mjøndalen. Her var mange klubber som drev med funksjonshemmede samlet. Der hadde også vårt konkurransepar en opptreden i hallen for alle som var tilstede.

### Gjennomføring:

Oppstart var januar 2017. Da gjennomførte vi også en helg med opplæring på våre trenere. Vi fikk da inn hjelp fra Tor Erik Sørensen fra Fristil. Siden det ikke finnes noe eget opplegg i Norge for trenerutdannelse i rullestoldans er Tor Erik den med mest kompetanse på området. Etter gjennomført helg kom Tor Erik på de fleste treningene utover våren for å bistå våre trenere for riktig opplæring. Fra høsten 2017 hadde våre egne trenere hovedansvaret alene på treningene. De har nå laget koreografier til rullestoldansere i både standard og latin og kan i dag fint undervise uten ekstern hjelp.

Et av parene har vært ekstra ivrige og ønsket å satse på denne idretten. De ønsket å konkurrere. Siden det er omtrent ingen som konkurrerer i rullestoldans i Norge valgte de å reise til Nederland på en større internasjonal konkurranse. Vår hovedtrener ble med dem og turen som ble en suksess ikke bare dansemessig, men også meget opplevelsesrik. Det ble knyttet mange kontakter fra andre land. Både danserne og vår trener fikk en enda bedre forståelse for danseformen.



## 5. Resultater og resultatvurdering:

Rullestoldans er ikke noe vi kan få med 30-40 deltagere på. Målsettingen måtte derfor være å få med «flest» mulig. Hvis vi kunne greie å ha en stabil gruppe på mellom 6-10 utøvere så hadde vi vært fornøyde.

Til sammen har vi hatt 8 rullestolbrukere med forskjellige ledsagere på kurs hos oss i denne perioden. De som har vært hos oss har vært fornøyde og et av parene er i gang med å konkurrere. De er meget ivrige og ønsker å satse videre.

Målsettingen var også å få med noen av deltagerne til å stille på en norsk konkurranse.

I løpet av perioden har et av parene våre stilt to ganger på en internasjonal konkurranse i Nederland.

Målsettingen var også å kunne få rullestoldans mere kjent. Vi håper og tror at vi har fått til dette. Flere klubber har i etterkant snakket om å starte opp dette. Senest nå for noen uker siden snakket jeg med en Salsa klubb som ønsket å starte opp med dette.

Vi har oppnådd mange av målene våre, men vi ser at dette er et meget langsiktig prosjekt som ikke kan oppnå store resultater på kort tid.



## 6. Oppsummering/konklusjon/veien videre

Vi har opplevd at det er mye vanskeligere enn vi trodde å få dette prosjektet til. Det er vanskelig å komme i kontakt med brukere. En rullestoldanser er avhengig av en partner som ønsker like mye som seg selv. Dette kan være vanskelig om rullestoldanseren kommer alene eller med en ansatt hjelper som kun jobber på timebasis samt kanskje ikke har samme interessen som rullestoldanseren.

Jeg vet at denne aktiviteten ikke er bærekraftig for klubben uten noe form for støtte, da det er flere utfordringer her enn i annen dans.

Jeg føler allikevel at vi har oppnådd mye i denne perioden. Vi kommer til å fortsette samarbeidet med klubben Fristil. Vi fortsetter å søke om midler til videre drift fra forskjellige steder. Vi ser det som vanskelig å kunne fortsette med gratis tilbud uten noe form for støtte.

Vi har ferdige utdannede trenere som er positive til rullestoldans. Vi har et par som villig til å satse fremover. Vi som klubb har lært masse om de utfordringer og gleder et slikt tilbud gir.

Vi vil til slutt få rette en stor takk til ExtraStiftelsen som hjalp oss å komme i gang med dette prosjektet.





