



# FLEX-O

Ein neues Format  
im Orientierungssport  
für Menschen mit  
kognitiven und geistigen  
Beeinträchtigungen

## **Was ist Flex-O ?!**

An alle Interessenten!

Hier ein kurzer Überblick, was die neue Lauf-Form **Flex-O** ist und was das Erasmus-Programm bewirken soll.

Der Ungarische OL-Verband hat im Vorjahr bei der EU ein Projekt eingereicht, **bei dem Grundlagen geschaffen werden sollen, OL auch für Menschen mit geistigen Beeinträchtigungen erlebbar zu machen**. Als Partner dazu hat sich der Steirische OL-Verband gefunden und der OLC Graz ist hier Träger des Projektes. Zugleich begleitet uns das Institut für Sport und Bewegung der KF-Universität Graz bei der Evaluation des Projektes

**Worum geht es:** Als erlebnisbetonter Freiluftsport mit vielen kleinen Teilsiegen ist Orientierungslauf bestens geeignet, Menschen mit Beeinträchtigung positive Erfahrungen und Freude zu vermitteln. Dies muss natürlich in einer angepassten Form, die den verschiedensten Graden der Beeinträchtigung und den speziellen Bedürfnissen gerecht wird, angeboten werden.

**Was bisher geschah:** Anfang Juni fand in Fürstenfeld ein Informations- und Schulungsseminar mit Teilnehmern aus Ungarn und Österreich statt, um die Beteiligten auf die speziellen Anforderungen vorzubereiten und in der Folge wurde im Rahmen des Austriacup-Orientierungslaufes in Burgau ein Modell-Bewerb als praktischer Anschauungsunterricht durchgeführt.

**Wie geht es weiter:** Für das Projekt sollen nun 8 Veranstaltungen in Österreich durchgeführt werden, bei denen Erfahrungen mit der Inklusion von Menschen mit besonderen Bedürfnissen in den Orientierungslaufsport gesammelt werden sollen und daraus dann ein Handbuch für zukünftige Flex-O-Bewerbe erarbeitet werden soll.

Die ersten beiden Bewerbe finden am 10. August in Jennersdorf/Rax und am 11. August in Mogersdorf/Schlösslberg statt. Weitere Bewerbe sind in Aussicht in Strallegg, Oberwart, Leibnitz und Wiener Neustadt.

Informationen:

Michael Wendler, OLC Graz

hy 0660 9141320

mail: fun-orientering@gmx.at