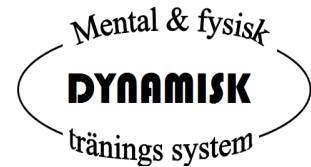


Förslag till samarbete

DYNAMISK MENTAL & FYSISK TRÄNINGSSYSTEM



DMF Träningsystem, som vi brukar nämna för **Dynamisk träningsystem** är en Enskild firma som driver ett ny skapat träningskoncept som efter några års verk i Växjö området har etablerat sitt arbete med diverse målgrupper som har provat att träna fysiskt och mentalt.

Vårt samarbete har bl.a. varit med introduktionsenheten inom Växjö kommun Arbete och Vårld. Vi har tränat deras nyanlända flyktingar i friskvård som en resurs för att hjälpa dem bearbeta deras spänningar, oroligheter och allt negativ de bär med sig ifrån sina ursprungliga länder i kris.

Vi har samarbetat med sarskolan i **Kungsmadskolan**. Med dem utför vi periodiska 4 veckors kurser inom ”anpassad dynamisk själförsvär”.

Vi har också under några år samarbetat med **Vitak** och deras grupp med Funktionshindrade vuxna. Med dem blandar vi in Dynamisk rörelse och teater.

Vi är utbildade FaR – ledare Fysiska aktiviteter på recept. Vi har fått Hälso- och friskvårds Stipendium av Landstinget och vårdcentralen

I allmänt ger vårt träningskoncept trygghet till de tränande personerna; Avspänning, koncentration, koordination, balans, motion, självförtroende och styrka, allt i en disciplinerad och glad gemenskap.

Vi har dokumenterat träningarna med bilder på vår hemsida www.dynamisktraning.se man klickar på ”bildgalleri 1-2” och där kan ni se de heterogena träningsgrupperna som vi har tränat med och andra som vi aktuellt tränar.

Vårt förslag till samarbete är att vi erbjuder Er våra träningstjänster som kompletterande praktik till era kurser som innebär att eleverna jobbar med friskvård, koncentration och koordination. I våra träningspass betonar vi kroppsvård, friskvård, motivation och självkänsla flera aspekter som på ett naturligt sätt avrundar sig till bättre hälsa, självförtroende, effektivitet, medverkan och närvaro, positiva inställningar som krävs i ett dynamiskt samhälle.

Med vänliga hälsningar

Dynamiska träningsystem

Org. Nr. 540905 1892

Godkänd för F-skatt

www.dynamisktraning.se

Referens

Guillermo Cariz– huvudtränare

Charlotte Rönngren – assisterande tränare

guille@live.se

Tel. nr. 0737 152198