

Funktionsvariationskort

- 1. Du deltager med din nuværende funktionsevne.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 2. Du er kraftig svagsynet. Du får bind for øjnene under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 3. Du har en hørenedsættelse og har derfor svært ved at høre. Du får ørepropper i under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 4. Du har autisme og er derfor lydfølsom. Sæt din telefon til et par høretelefoner og afspil nummeret Bleed af Meshuggah fra en spilletjeneste under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 5. Du har muskelsvind og er gangbesværet. Du får nu en elastik om anklerne under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 6. Du har muskelsvind med nedsat muskelstyrke. Du får nu en kørestol, du skal bevæge dig rundt i under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 7. Du har cerebral parese (CP) og er gangbesværet. Du får nu en rollator/krykker du skal bevæge dig rundt med under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 8. Du har angst og bliver utryg, når der er mange mennesker tæt på dig. Du skal under øvelsen holde mindst 2 meters afstand til alle andre hele tiden.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 9. Du har en hjerneskode og bliver hurtigt træt. Du skal under øvelsen tage en pause ca. hvert minut, hvor du lukker øjnene i 5 sekunder.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 11. Du har en kronisk lungesygdom og må kun trække vejret igennem et sugerør under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 12. Du har cerebral parese (CP) og er gangbesværet. Du får nu en elastik om anklerne under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

- 13. Du har gigt og er gangbesværet. Du får nu en rollator/krykker du skal bevæge dig rundt med under øvelsen.**

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

Funktionsvariationskort

Aktivitet 2: Leg et handicap

Aktivitet 2: Leg et handicap

Funktionsvariationskort

Funktionsvariationskort

Aktivitet 2: Leg et handicap

Aktivitet 2: Leg et handicap