

Tværgående aktiviteter

Eleverne på UUC-Maglemosen har mulighed for at motionere på mange forskellige måder. Vi har oprettet tværgående hold, så eleverne har mulighed for, at lære andre elever at kende.

I år har vi fået bygget en stor Crossfit bane, hvor henholdsvis kørestolsbrugere og gående har mulighed for, at træne sammen. Når vejret er meget dårligt, så de ikke kan træne udendørs, træner de gående elever i et Crossfit center i Ballerup.



Udover Crossfit har vi i perioder svømmehold. Det er både tværgående svømmehold og hold de enkelte grupper arrangerer. Vi benytter East Kilbride badet i Ballerup. Der er to bassiner, hvoraf det ene er et varmtvandsbassin. Varmtvandsbassinet er 12 m. langt, 5,6 m. bredt og mellem 1,2 og 1,4 m. dybt. Bassinet er udstyret med boblebad og massagedyser. Temperaturen er 34 grader. Det andet bassin er 50 m. langt, 21 m. bredt og har en dybde på 1,20 m. på det laveste sted og 3,80 m. det dybeste sted. Temperaturen er 26-28 grader. I den lave ende af bassinet er der en lille vandrutchebane.

UUC-Maglemosen har også en række forskellige cykler, som vi anvender hver eneste dag. Vi har en "Side by side" el cykel, en el tandem, en el rickshaw og helt almindelige cykler. Nogle af vores elever cykler sammen med medarbejderne i hele Ballerup by, hvor andre benytter den store have vi har.

Ud over dette går nogle af vores elever lange ture i nær området og i vores have. Derudover opretter vores fysioterapeuter tværgående bevægelses hold.