



Mobilitäts- und Rollstuhltraining

für Erwachsene, Kinder und Jugendliche

TERMINE:

Teil 1. So., 01. November 2026

Teil 2. So., 29. November 2026

jeweils 10.00 – 16.00 Uhr, inkl. Pause

ORT:

Sporthalle der BG Unfallklinik Tübingen

KURSGEBÜHR:

**Keine Kosten für Teilnehmer und Begleitpersonen.
Kursgebühr und Kosten für Verpflegung werden
vom Projekt RoMoWo getragen.**

VERANSTALTER:

**Projekt RoMoWo, (siehe Rückseite)
mit Unterstützung von Brillinger Orthopädie, BG
Klinik Tübingen und Rollstuhlsportverein Tübingen**

Bei unserem 2-teiligen Mobilitäts- und Rollstuhltraining, lernen Sie in vielen praktischen Übungen einen sicheren Umgang mit Ihrem Rollstuhl und wie Sie damit z. B. kleine Hindernisse im Alltag leichter überwinden können. Gerne beantworten wir Ihre Fragen rund um das Thema.

Schwerpunkte:

- Erreichen der optimalen Sitzposition
- Grundlegende Fahrtechniken
- 4-Punkt Techniken (auf allen 4 Rädern)
- Kippen und Balancieren auf 2 Rädern (2-Punkt Technik)
- Treppenfahren mit und ohne Hilfe
- Rolltreppen und öffentliche Verkehrsmittel nutzen (Theorie und Beispielübungen)

Information und Anmeldung unter:

info@romowo.app
oder telefonisch unter:
0151 12158571

Für mehr Infos
bitte wenden



Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

romowo

Rollstuhlmobilität Wohnortnah

01.11. &
29.11.2026
Mobilitätstraining
in Tübingen

Das Projekt

Das romowo-Projekt macht Rollstuhl-Mobilitätstraining bundesweit möglich. Ziel ist, dass Menschen, die im Alltag auf einen Rollstuhl angewiesen sind, an speziellen Trainings teilnehmen können, um sich sicherer und selbstständiger zu bewegen. Die Trainings werden an verschiedenen Standorten angeboten und bestehen aus zwei Ganztagesterminen im Abstand von vier Wochen. Zwischen den Trainingstagen können die Teilnehmenden mithilfe einer App zu Hause weiter üben. Das erfahrene Trainerteam, darunter auch Rollstuhlnutzerinnen und Rollstuhlnutzer, gibt Tipps und steht für Fragen bereit. Das Projekt ist eine gemeinsame Initiative von FIBS und DRS und wird gefördert durch die Aktion Mensch. Es setzt auf bewährte Inhalte, die nachweislich die Mobilität verbessern:

- Sicher fahren
- Hindernisse meistern
- Alltag leichter bewältigen
- Kraft & Technik stärken

Anmeldung

romowo.app/termine



Kontakt

info@romowo.app

Ansprechpartner*innen

Tanja Bungter / Stefanie Rabert / Peter Richarz

Trainingsort

Sporthalle der BG Klinik Tübingen
Schnarrenbergstraße 95, 72076 Tübingen

Trainingstage

01.11. und 29.11.2026
10.00 – 16.00 Uhr

Kosten

Keine Kosten



Ein Projekt von:

In Kooperation mit:



Deutscher Rollstuhl-Sportverband e.V.

