



Laukkosken Taimi

Hiihto YHTEISHARJOITUKSET alkusyksy 2011

Hiihtoharjoitukset jatkuvat taas kesätauon jälkeen torstaisin alkaen 18.8.2011 klo 18:00 - 19:00.

paikka: Kotojärven kuntorata (kokoontuminen yläparkkiksella)

Yhteisharjoitukset on suunnattu pääasiassa nuorille yli 8-vuotiaille, mutta mukaan voi tulla myös aikuisia.

Syksyn ajalle järjestetään uimahallireissu ja hiihtohallin toiminnasta riippuen mahdollisesti hiihtoretki halliin. Tarkemmat ajankohdat ilmoitetaan myöhemmin.

Huom. Taimen maastajuoksut on tiistaisin alkaen 23.8 kuntoradalla klo 18:30 (lähtöpaikka rannan päässä kuntorataa).

OHJELMA:

- | | |
|-----------------|---|
| vko 33 to 18.8. | syyskauden käynnistys (pelejä, kuntopiiriä, kuntotestiä) |
| vko 34 to 25.8. | sauvakävelylenkki |
| vko 35 to 1.9. | loikkia ja sauvarinnettä |
| vko 36 to 8.9. | sauvakävelylenkki |
| vko 37 to 15.9. | lenkki Laukkosken luontopolulla (kokoontuminen Krouvarintie 170, kts kartta alla) |
| vko 38 to 22.9. | loikkia ja sauvarinnettä |

Ohjaajina harjoituksissa toimivat:

Kari Nurmi, gsm. 040 - 522 7391

(varalla Janne-Pekka Nurmi, gsm. 050 – 466 9649)

