

Tampereen Pyrinnön HIIHTOKOULUT AIKUISILLE 2020

- tervetuloa mukaan!



Kuva: Juhho Silvola

Ovatko hiihtotaidot ruosteessa? Haluatko parantaa hiihtotekniikkaasi? Osaat jo alkeet ja haluat kehittyä lisää?

Järjestämme talvella 2020 aikuisille hiihtokurssin, jossa opiskellaan maastohiihdon tekniikkaa kilpa-hiittäjien ja heidän valmentajiensa opastuksella. Omat ryhmät sekä aloittelijoille että edistyneemmille - ohjaus jaetaan edelleen pienempiin ryhmiin osaamisen mukaan. Jokaisella harjoituskerralla valittavissa vapaan tai perinteisen hiihdon opetus. Suksihuollon opastus erikseen tarpeen mukaan.

Harjoituskerrat (6) 14.1., 21.1., 28.1., 4.2., 11.2. ja 18.2.
Kaikki harjoitukset ovat Kaupin urheilupuistossa klo 18-19.30.

Kurssin hinta on 170 €.
Tampereen Pyrinnön jäsenille 20 € alennus.

Ennakoilmoittautumiset 7.1.2020 mennessä sähköpostilla [pasi.rajala\(at\)nokia.com](mailto:pasi.rajala(at)nokia.com) tai [toimisto\(at\)tampereenpyrinto.fi](mailto:toimisto(at)tampereenpyrinto.fi). Lisätiedot kurssin lähestyessä hiihtojaoston nettisivuilta ja ilmoittautuneille sähköpostilla. Tiedustelut myös puh. 040 546 4925.

Hiihtokurssi on myös oiva joululahja liikkuvälle!



PS: Lasten ja nuorten hiihtokoulu
6-16-vuotiaille aina torstaisin
klo 18-19.30 Kaupissa!

www.tampereenpyrinto.fi/hiihto