



SAUL valmennuspäivä

HELSINKI 9.3.2019

Lajit: Pika- ja aitajuoksu ja seiväshyppy

Missä: Liikuntamyylly, Jauhokuja 3, 00920 Helsinki

Milloin: 9.3.2018 klo 11.00- 19.00

Alustava ohjelma:

klo 10:45 Kokoontuminen

Liikuntamyyllyn sisääntuloaulassa

klo 11- 13 Harjoitus 1

klo 13

Ruokatauko (omat eväät tai ruokailu paikallisessa ravintolassa)

klo 15:00 Harjoitus 2. harjoituksen kesto 2-3 tuntia.

Valmennuspäivä päättyy n. klo 18.

Klo 15-17 Seiväshyppyn lajiharjoitus

Valmentajat:

Aitajuoksu: Auli Marttinen

Pikajuoksu: Tiina Lampén

Seiväshyppy: Björn Andersson

Hinta: 40,00 € + sisäänpääsymaksu (aikuiset, kertamaksu 3,50 €)

Ilmoittautuminen: Suomisportissa

<https://www.suomisport.fi/events/eff1b6f9-ca91-4dc5-a069-b16f51b970b4> tai sähköpostitse oki.vuonoranta@saul.fi

Tiedustelut:

Auli Marttinen

E-mail: marttinen.auli@gmail.com

Puh: 045 1344463

