

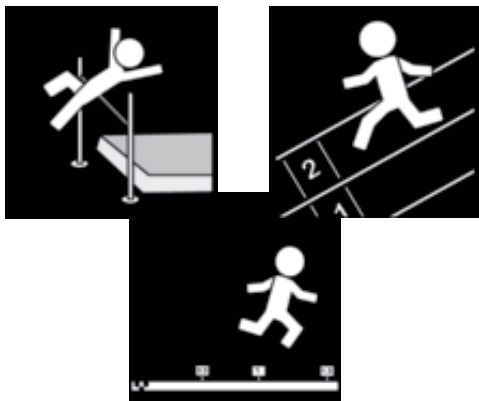


JUOKSUKARUSELLI

JUOKSUKARUSELLIN LIIKUNTATAPAHTUMA
7-15-vuotiaille lapsille ja nuorille
SUNNUNTAINA 22.1.2012
klo 12-13.30 OULUHALLISSA

”Kaikissa on yhteisenä ajatuksena juokseminen.”

Tapahtumassa lapset ja nuoret pääsevät harjoittelemaan ohjatusti yleisurheilulajeja oikeilla suorituspaikoilla.



Ohjelma:

Alkuverryttely 15 min

Rastipisteet 20 min/suorituspakka

- pituushyppy
- korkeushyppy
- juoksu/aitajuoksu

Loppuverryttely 15 min

Ilmoittautuminen 13.1.2012 mennessä juha.tarsa@virpiniemi.fi

Ilmoita seuran nimi, lasten ja nuorten nimet, iät sekä ohjaajan nimi. Ohjaajan tulee sitoutua tapahtuman ohjaajaksi ja voi ilmoittaa myös mieleisen rastipisteen missä voisi ohjaajana toimia.

Ohjaaja saa tapahtumasta Juoksukaruselli T-paidan (ilmoitathan koon) sekä hyvän mielen!

TERVETULOA LIIKKUMAAN!

TAPAHTUMA ON MAKSUTON!



www.juoksukaruselli.fi

