

UUTU PYHTÄÄN JUOKKSE

Osallistumismaksu 300€
Hintaan sisältyy:
Harjoitukset 3krt/vko, luennot,
sisään pääsymaksut,
seuran jäsenyys vuodelle 2017,
osallistumismaksu
Pyhtään minitriathloniin

Aloitustieto:
perjantaina 13.1.
Liikuntakeskus
Huumassa
klo 18.00

TRIATHLONKOULU JÄRJESTETÄÄN UUELLEEN

Uimaseura Aquila järjestää kolmannen kerran suosituksi osoittautuneen triathlonkoulun. Koulu järjestään tammi-heinäkuussa 2017 Kotkan seudulla.

Koulu sopii kuntoilua aloitteleville tai jo sitä harrastaville triathlonista kiinnostuneille aikuisille. Kouluun kuuluu uinnin tekniikkakurssi, joten se soveltuu myös heikon uintitaidon omaaville.

Vaatimukset:
- Pohjoismaisin kriteerein määritelty uimataito (200 metriä yhtämittaista uintia, josta 50 m selällään)
- Kiinnostus monipuoliseen kuntoiluun

Uimaseura
AQUILA

Kurssille otetaan max. 30 uutta harrastajaa
TERVETULOJA MONIPUOLISEN HARRASTUKSEN PARIIN!
Ilmoittautumiset Uimaseura Aquilan internetsivujen kautta
<http://www.uimaseura-aquila.fi/>

Tarkemmat tiedot kurssin sisällöstä:
Imke Höfling imke70@web.de

