



## Laukkosken Taimi

Hiihdon YHTEISHARJOITUKSET lopputalvi 2011,  
hiihtoharjoitukset jatkuvat taas hiihtokoulun jälkeen tiistaisin  
22.2.2011 alkaen.

Paikka: Kotojärven kuntorata (kokoontuminen yläparkkiksella)  
Aika: tiistaisin klo 18.00 - 19.00.

Yhteisharjoitukset on suunnattu pääasiassa nuorille yli 8-vuotiaille, mutta  
mukaan voi tulla myös aikuisiakin.  
Harjoitukset jatkuvat suksilla niin pitkään, kun lumia riittää

### OHJELMA:

vko 8 ti 22.2. tekniikkaa ja pelejä

vko 9 ti 1.3. pidempi hiihtolenkki

vko 10 ti 8.3. tekniikkaa ja pelejä

vko 11 ti 15.3. pidempi hiihtolenkki

vko 12 ti 22.3. mäenlaskua, lopuksi laavulla nuotiomakkarat klo 19:00

vko 13 ti 29.3. pidempi hiihtolenkki

vko 14 ei harjoituksia

Ohjaajina harjoituksissa toimivat:

Kari Nurmi, gsm. 040 - 522 7391

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