

KASVA URHEILIJAKSI -ALUESEMINAARIT 2012

Mitä on hyvä lasten ja nuorten urheilu?

Kasva urheilijaksi -palvelu teoriassa ja käytännössä.

OMINAISUUSTESTI

- fyysiset ominaisuudet

ELÄMÄNRHYTMITESTI

- harjoittelu ja liikunta, uni ja ravinto

"PSYKKINEN TESTI"

- urheilijan psyykkis-sosiaaliset ominaisuudet

KASVAURHEILIJAKSI.FI

... JOTTA KILPAURHEILUSTA INNOSTUNEELLA NUORELLA ON EDELLYTYKSET KASVAA HYVÄKSI URHEILIJAKSI.

ALUESEMINAARIT JÄRJESTETÄÄN KLO 18.00 - 20.30

- ma 6.2. Helsinki
- ti 7.2. Tampere
- ke 8.2. Kuopio
- ma 13.2. Nurmo
- ke 7.3. Turku
- to 15.3. Oulu

*klo 18.00-19.30 luento-osuus ja
klo 19.30-20.30 seurataan testien
toteutusta käytännössä demo-
ryhmän avulla.*

Katso tarkemmat paikat netistä ja ilmoittaudu mukaan viimeistään viikkoa ennen tilaisuutta: www.nuorisuomi.fi/alueseminaarit

Alueseminaarit on tarkoitettu lasten ja nuorten valmentajille ja ohjaajille.

Seminaarit ovat maksuttomia!

TERVETULOA!

Nuori Suomi