



TERVEENÄ TAKAISIN

TYÖELÄMÄÄN

– TYÖTTÖMÄT LIIKKUMAAN!

## Urheiluopisto Kisakeskus järjestää yhteistyössä Työttömien ay-jäsenten tukiyhdistys TATSI ry:n kanssa Terveenä takaisin työelämään -koulutuksen työttömille työnhakijoille.

Työttömät voivat hakea mukaan yhdeksän kuukauden TETY monimuotokoulutukseen, joka tarjoaa ammattimaisen kunto-ohjauksen sekä mahdollisuuden työskennellä liikunnallisena vertaisohjaajana!

Elämänlaatua paremmaksi fyysisen ja henkisen kunnon sekä liikunnallisen verkostoitumisen kautta.

**Hakuohje ja lisätiedot:**

[www.kisakeskus.fi](http://www.kisakeskus.fi)

**Ilmoittatuminen 15.9.2014 mennessä.**

### Liikuntakoulutus sisältää

- 4 hauskaa lähijaksoa Kisakeskuksessa, jossa pääset tutustumaan erilaisiin liikuntalajeihin ja saat tietoa liikunnan hyödyistä ja perusteet vertaisohjaajana toimimiseen.
- Kuntotestaukset, joiden pohjalta rakennamme henkilökohtaisen liikuntasuunnitelman, johon saat koko opiskelun ajan liikunnan ammattilaisten tuen ja seurannan.
- Liikunnan ammattilaisten ohjauksen ja tuen toimia etä-jaksoilla vertaisohjaajana.