

Kaikille avoimet ampumajuoksuharjoitukset Keuruulla

Ajankohta: Torstaisin 29.5.–19.6. klo 18 sekä 14.8. klo 18

Paikka: Keurusselän Liikuntapuisto, [Keurusseläntie 14](#)

Tervetuloa mukaan niin lajin harrastajat kuin myös uudet, lajista kiinnostuneet!
Harjoituksissa on mahdollisuus kokeilla ohjatusti ammuntaa pienoiskiväärillä ja ekoaseella
Alaikärajaksi suositellaan 7 vuotta.

Harjoitukset tähtäävät Keuruun Kisailijoiden kansallisiin ampumajuoksukilpailuihin, jotka järjestetään 16.8.2025.

Harjoitukseen voi osallistua myös ilman kisatavoitteita – kaikki ovat lämpimästi tervetulleita!

Lisätietoja:

Päivi Usvametsä

paivi.heippa@gmail.com

Iltaisin p. 0400 548 993

Huomioitavaa:

- Turvallisuuden vuoksi on suositeltavaa, että lapset ja nuoret osallistuvat harjoitukseen aikuisen seurassa, sillä ohjaajia on rajallinen määrä.
- Jokaisen osallistujan tulee huolehtia siitä, että oma vastuuvakuutus on kunnossa.
- Lisätietoa lisensseistä ja vakuutuksista löytyy Ampumahiihtoliiton sivuilta:
biathlon.fi/lajin-harrastaminen/lisenssi-ja-vakuutus

Harjoitusten sisältö:

- Ohjaaja on paikalla ampumapenkalla antamassa neuvoja ja opastusta lajin pariin.
- Harjoituksissa on mukana ampumajuoksua – varauduthan kevyisiin juoksuharjoitukseen sopivalla varustuksella.
- Ohjaaja voi osallistua juoksuharjoitteluun myös aloittelijoiden kanssa, mikäli osallistujamäärä sen mahdollistaa. Harjoittelun tueksi on suositeltavaa, että mukana on myös huoltaja.
- Kokeneemmat voivat harjoitella omatoimisesti tai harjoituksen voi suunnitella ja toteuttaa yhteistyössä Heli Hyttisen kanssa.