



Hämeen Liikunta ja Urheilu

AVOIMET KOULUTUKSET

PIENTEN LASTEN LIKUTTAJAT

Pienten lasten pihaleikit
ke 6.9. klo 17–20, Pirkkala
55 €, ilm.viim. 23.8.

Liikuntaleikkikoulun ohjajakoulutus

la–su 9.–10.9. klo 10–18, 9–16
Tampere
225 €, ilm.viim. 28.8.

Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä – varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset käytäntöön
ke 20.9. ja ti 26.9. klo 17.30–20
Ylöjärvi
70 €, ilm.viim. 6.9.

Pallotellen

ma 9.10. klo 17.30–20.30, Lempäälä
55 €, ilm.viim. 25.9.

Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä – varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset käytäntöön
ti 31.10. ja ti 7.11. klo 17.30–20
Valkeakoski
70 €, ilm.viim. 17.10.

Toiminnallinen oppiminen varhaiskasvatuksessa
ti 7.11. klo 17.30–20.30, Kangasala
55 €, ilm.viim. 24.10.

LASTEN JA NUORTEN VALMENTAJAT

VOK1 superviikonloppu 1

Pe/Kannustava valmentaja ja ohjaaja (3 h)
La/Liikunnallinen ja urheilullinen elämäntapa (2 h)
Harjoittelun suunnittelu ja arviointi (3 h)
Oppiminen ja opettaminen harjoitustilanteessa (3 h)
pe–la 29.–30.9. klo 18–21, 9.30–19
Tampere
2 h = 35 €, 3 h = 45 €, koko superviikonloppu 120 €, ilm.viim. 13.9.

Terve Urheilija® -koulutus Urheiluvammojen ensiapu ja urheiluteippaus

ti 10.10. klo 17.30–21, Hämeenlinna
65 €, ilm.viim. 26.9.

VOK 1: Taitoharjoittelu

ma 6.11. klo 17.30–20.30
Hämeenlinna
45 €, ilm.viim. 23.10.

Aikuisen rooli nuoren urheilijan tukena: hyvät käytännöt valmentajuuteen ja vanhemmuuteen urheiluseurassa

Avoim koulutus-/keskutelutilaisuus
ke 15.11. 17.00–20.00, Tampere
maksuton, liittyy Drop out kuriin ja Green play -hankkeisiin

VOK1 superviikonloppu 2

Pe/Ihmisen elinjärjestelmät ja harjoittelu (3 h)
La/Fyysinen harjoittelu (7 h)
pe–la 24.–25.11. klo 18–21, 10–17.30
Tampere
3 h = 45 €, 7 h = 90 €, koko superviikonloppu 120 €, ilm.viim. 8.11.

VOK1 superviikonloppu 3

Pe/Herkkyyskausien huomiointi (3 h)
La/Taitoharjoittelu (3 h)
Tunne- ja vuorovaikutustaidot (2 h)
Ettinen harjoittelu (2 h)
pe–la 16.–17.3.2018 klo 18–21, 10–18.30
Tampere
2 h = 35 €, 3 h = 45 €, koko superviikonloppu 120 €, ilm.viim. 28.2.2018



TERVE URHEILIJAA®



SEURATOIMIJAT

Urheilujohtamisen seminaari

ke 6.9. klo 12–16, Tampere
50 € jäsenet, 75 € muut, 25 € opiskelijat (sis. ohjelma, välipala ja HLU-tuote)
ilm.viim. 31.8.

Miten hoitaa seuran taloushallintoa?

ti 3.10. klo 17.00–20.00, Tampere
50 € jäsenet, 55€ muut
ilm.viim. 20.9.

Aikuisen rooli nuoren urheilijan tukena: hyvät käytännöt valmentajuuteen ja vanhemmuuteen urheiluseurassa

Avoim koulutus-/keskutelutilaisuus
ke 15.11. 17.00–20.00, Tampere
maksuton, liittyy Drop out kuriin ja Green play -hankkeisiin

Verkosta vauhtia seuran arkeen

ti 28.11. klo 17.00–20.00, Tampere
45 € jäsenet, 60 € muut
ilm.viim. 14.11.

AIKUISTEN OHJAAJAT JA VALMENTAJAT

Liikkujan Apteekki Liikunta osana arkea (apteekkihenkilökunnalle)

ti 12.9. klo 9.30–15.30, Tampere
100€ (apteekin henkilökunta voi hakea KKI-koulutustukea, kattaa jopa 80 % kustannuksista), ilm.viim. 29.8.

VOK1 superviikonloppu 1

Pe/Kannustava valmentaja ja ohjaaja (3 h)
La/Liikunnallinen ja urheilullinen elämäntapa (2 h)
Harjoittelun suunnittelu ja arviointi (3 h)
Oppiminen ja opettaminen harjoitustilanteessa (3 h)
pe–la 29.–30.9. klo 18–21, 9.30–19
Tampere
2 h = 35 €, 3 h = 45 €, koko superviikonloppu 120 €, ilm.viim. 13.9.

60+ ohjaajien teemalauantai

(yhteistyössä Nääsville ry)
la 28.10. klo 10–16.30, Tampere
35€/työpaja, 95€ koko päivä
ilm.viim. 12.10.

VOK 1: Taitoharjoittelu

ma 6.11. klo 17.30–20.30
Hämeenlinna
45 €, ilm.viim. 23.10.

VOK1 superviikonloppu 2

Pe/Ihmisen elinjärjestelmät ja harjoittelu (3 h)
La/Fyysinen harjoittelu (7 h)
pe–la 24.–25.11. klo 18–21, 10–17.30
Tampere
3 h = 45 €, 7 h = 90 €, koko superviikonloppu 120 €, ilm.viim. 8.11.

Ikäihmisten kuntosaliohjaaminen

(yhteistyössä Nääsville ry)
la 20.1.2018 klo 10–16, Tampere
75 € ilm.viim. 4.1.2018

VOK 1 superviikonloppu 3, aikuiset

Liikunta aikuisen arjessa (5 h)
Vinkkejä ohjaustuokioihin (3 h)
su 18.3.2018 klo 10–18.30, Tampere
3 h = 45 €, 5 h = 65 €, 8 h = 100 €
ilm.viim. 28.2.2018

JÄRJESTYKSENVALVOJAT

Järjestyksenvalvojan peruskurssi

ma–ti 18.–19.9, to 21.9, ma–ti 25.–26.9, to 28.9, su 1.10., to 5.10. klo 17–21 (su klo 10–16), Tampere
285 €, ilm.viim. 4.9.

Järjestyksenvalvojan kertauskurssi

ti–ke 24.–25.10. klo 17–21, Tampere
75 €, ilm.viim. 10.10.



VALMENTAJA-
JA OHJAAJA-
KOULUTUS

Ilmoittautumiset

Ilmoittautumiset viimeiseen ilmoittautumispäivään mennessä tai kunnes ilmoittautumislomake suljetaan.

www.hlu.fi/ilmoittaudu tai p. 040 7108 455

Koulutusten tiedustelut

Koulutuspäällikkö Suvi Vuorela
p. 040 7108 451, suvi.vuorela@hlu.fi

Tilauuskoulutukset

HLU:lta voi tilata oman koulutuksen esim. työpaikalle, urheiluseuralle tai yhdistykselle. Koulutus rakennetaan tilaajan tarpeiden ja toiveiden mukaisesti. Sisältö voi olla valmis koulutustarjonnasta valittu koulutus tai useita koulutuksia yhdistelevä paketti (ks. koulutussisällöt: www.hlu.fi/koulutus).

Jos tarjonnasta ei löydy sopivaa sisältöä, tuotamme sen yhteistyössä ammattitaitoisten kouluttajiemme kanssa.



Hämeen Liikunta ja Urheilu