



V-S Masters järjestää aikuisten yleisurheilukoulun yli 30 vuotiaille

Paavo Nurmen Stadionilla ja yläkentällä 27.4.- 25.5.2026 maanantai-iltaisin klo 18-20. Osallistuminen ei vaadi aikaisempaa lajitaustaa. Yleisurheilu sopii kaikenikäisille. Harjoituksissa käydään läpi yleisurheilulajien perusteita (heitot, hypyt, juoksut). Tämä tapahtuu viitenä erillisenä maanantai-iltana. Tervetuloa yleisurheilun pariin.

Ilmoittaudu 20.4.2026 mennessä sirpa.vahtera@gmail.com

Maksu 60,00 euroa V-S Masters:n tilille FI8947111020053922

Tiedustelut: sirpa.vahtera@gmail.com tai 0400 784709

Yleisurheilukoulun aikataulu

Ma 27.4. kuula ja kiekko, ohjaajat: Esko Hildén, Tapio Virta ja Virve Lännistö

Ma 4.5. pituus ja kolmiloikka, ohjaajat: Jani ja Anu Kangasniemi

Ma 11.5. painonheitto ja moukari, ohjaajat: Ari Kittilä ja Sirpa Vahtera

Ma 18.5. pika- ja aitajuoksu, ohjaajat: Katrin ja Jukka Mertanen ja Raimo Koskela

Ma 25.5. korkeus ja keihäs, ohjaajat: Jarmo Lipasti, Lauri Lindberg ja Rainer Lahtinen