

Terve Urheilija on menestyvä kamppailija –koulutusten esittelykiertue

Terve Urheilija -koulutuksia esitellään kamppailutapahtumien yhteydessä esittelykiertueella. TU-koulutuksissa saat tietoja ja taitoja nuoren kehitystä tukevaan harjoitteluun.

Seurat voivat tilata koulutuksen seuraavista aihealueista: nuoren kasvu ja kehitys, kehon hallinta, tyttöjen ja naisten harjoittelu, kehonhuolto ja palautuminen, ravitsemus sekä terveydenhuolto.

Esittelykiertue 2010

10.-13.6.	Pori	Fudoshinin kesäleiri (judo)
12.-13.6.	Vierumäen Urheiluopisto	Veikko Rantanen –turnaus (paini)
20.-24.6.	Urheiluopisto Kisakeskus	Nuorten leiri ja kv-valmentajakoulutus (nyrkkeily)
2.-4.7.	Liikuntakeskus Pajulahti	Karateliiton kesäleiri
14.-18.7.	Turku	Turku Judo Week (judo)
24.7.	Kajaani	Nyrkkeilykilpailut
31.7.-1.8.	Liikuntakeskus Pajulahti	Eloleiri (judo)
4.-8.8.	Helsinki	Helsinki Judo Camp (judo)
7.8.	Oulu	Kansalliset nyrkkeilykilpailut
20.-22.8.	Turku	Taekwondo Festival
27.8.	Kuopio	Box in Fest (nyrkkeilykilpailu)
27.-29.8.	Vaasa	vapaapainin tekniikkaleiri
4.-5.9.	Tampere	Finnish Open Cup (karate)
4.-5.9.	Rovaniemi	Ruska-Turnaus (nyrkkeily)
18.-19.9.	Joensuu	Samurai Cup 3. (judo)
25.9.	paikka avoin	Kadettileiri (taekwondo)



terveurheilija.fi

 UKK-instituutti

Järjestäjät Suomen Judo-, Karate-, Nyrkkeily-, Paini- ja Taekwondoliitot
Lisätietoja lajiliittojen www.sivuilta ja koulutusvastaavilta