

Kaakonkulman keihäskoulu (Taavetti-Lappeenranta) 2024-2025

Kaakonkulman keihäskoulu jatkuu Taavettihallissa ja Lappeenrannan Kourulan liikuntahallissa myös harjoituskaudella 2024-2025. Keihäskoulu sisältää tekniikkaharjoituksia sekä monipuolisesti muuta oheisharjoittelua. Nuorten vanhemmat/valmentajat ovat myös tervetulleita seuraamaan harjoituksia.

Harjoitukset alkavat sunnuntaina 24.11.2024 Kourulan liikuntahallilla klo 16.30 ja jatkuvat alla olevan aikataulun mukaisesti. .

Keihäskoulu on tarkoitettu 9-16 vuotiaille ja tavoitteena on muodostaa kaksi tasoryhmää iän mukaisesti. Uudet kävijät voivat käydä tutustumassa keihäänheittoon liittyviin harjoituksiin kaksi kertaa ilmaiseksi.

AJANKOHDAT

Keihäskoulun harjoitukset pidetään talvikaudella kerran viikossa joululoma- ja hiihtolomataukoja lukuun ottamatta, sunnuntaisin **klo 11.00-12.45 Taavettihallissa ja klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahallissa**. Mahdolliset poikkeukset ilmoitetaan erikseen. Taavettihallilla keskitytään keihäällä heittämiseen ja oheisharjoitteluun. Kourulan Liikuntahallissa keihäällä ei voida heittää, vaan siellä keskitytään heittopainoilla, pallolla ja monipuolisesti kuntopallolla heittämiseen ja fysiikkaa kehittäviin treeneihin.

Syyskauden 2024 harjoitukset:

Su 24.11.2024 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli
Su 1.12.2024 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 8.12.2024 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli
Su 15.12.2024 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 22.12.2024 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli

Talven ja kevään 2025 harjoitukset:

Su 12.01.2025 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 19.01.2025 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli
Su 26.01.2025 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli
Su 02.02.2025 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 16.02.2025 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 09.03.2025 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 16.03.2025 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli
Su 23.03.2025 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 30.03.2025 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli
Su 06.04.2025 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 13.04.2025 klo 11.00-12.45 Taavettihalli
Su 20.04.2025 klo 16.30-17.30 Kourulan liikuntahalli

Kevään ja Kesän harjoitukset:

20.4 jälkeen pidettävät harjoituskerrat ja paikat ilmoitetaan myöhemmin.

PAIKKA

Talvella Taavettihallissa, os. Urheilukuja 1, 54500 Taavetti, ja Kourulan Likuntahalli, os. Katajakatu 12, 53810 Lappeenranta.

KOULUTTAJAT

Mauri Auvinen, Petri Matikainen

HINTA

Talvikauden hinta 150 € sisältäen 17 harjoitusta, vakuutuksen, 10 € jäsenmaksun ja keväällä järjestettävän kilpailun.

Mukaan pääsee myös maksamalla 90 €, mikä sisältää 9 harjoituskertaa ja kilpailun.

TIEDUSTELUT

Mauri Auvinen, mauri.auvinen@elisanet.fi, p. 0400 506 015.

ILMOITTAUTUMISET

myClubin kautta

<https://www.keihaskarnevaalit.com/ilmoittaudu>