

# Rullaluistelukurssi



## Inline Clinic-päivät

Ota mukavasta ja kesäisestä liikuntamuodosta kaikki irti oikealla tekniikalla! Nauti kesästä sykettä nostaen ja pyörät jalkojen alla rullaten.

Pikaluistelija Verner Kinnunen tarjoaa mahdollisuuden oppia luistelemaan rullaluistimilla turvallisesti ja taitotasosi huomioiden. Tavoitteena on yksilöllistä ohjausta ryhmässä.

5.6.2017 Rullaluistelun alkeiskurssi/jatkokurssi

- Jarruttaminen
- Liikkeelle lähtö
- Turvallisuus

6.6.2017 Pikarullaluistelukurssi

- Luisteluasento
- Double Push
- Maratonharjoittelu

Milloin: 5.6. ja 6.6.2017 klo 18.00

Missä: 5.6. kokoontuminen Jyskässä Landis+Gyrin P-paikalla, Salvesenintie 6 ja 6.6. kokoontuminen Laukaan Vihtavuoren ST1-huoltoasemalla, Vihtavuorentie 2.

Muuta: Kypärä pakollinen ja muita suoja suositellaan. Osallistuminen omalla vastuulla. Sateen sattuessa kurssia siirretään.

Ilmoittautumiset 2.6. mennessä

- [verneri.kinnunen@hotmail.com](mailto:verneri.kinnunen@hotmail.com)
- 0504086671

Hinnasto:

- 30€/kerta ja 40€/molemmat