



OAJ Pohjois-Pohjanmaan alueyhdistys järjestää juoksukoulu **huhti-kesäkuussa Pudasjärvellä.**

Pudasjärven Urheilijat ry./Yu-jaosto järjestää Pudasjärven ja Taivalkosken opettajille juoksukoulun seuraavan ohjelman mukaisesti:

- ti 28.4.2015 klo 18.00 Aloitus, Uimahalli Puikkarilla kokoontuminen luento ja lopuksi lenkki
- ti 5.5.2015
- ti 12.5.2015
- ti 19.5.2015
- ma 1.6.2015 klo 19.30 Verryttely vauhtikestävyysharjoitukseen, klo 20.00 COOPER

2,3 ja 4 kerta - sovitaan kokoontumisaika ja paikka ti 28.4. ensimmäisen kokoontumisen yhteydessä

Kurssin vetäjänä Mari Laakkonen

Kurssin hinta OAJ:n jäsenille 20€, muille kurssin hinta 50€.

Kurssi toteutuu mikäli osallistujia on vähintään 20.

Myös muiden naapurikuntien opettajat tervetuloa kurssille!

Ilmoittautumiset kurssille alueyhdistyksen kotisivuilla www.oajpohjoispohjanmaa.fi olevan linkin kautta. Ilmoittautumiset 22.4.2015 mennessä. Huom. Kiireinen!

OAJ Pohjois-Pohjanmaa
Liikuntatoimikunta