



## Suosittu

# MAASTOHIIHDON TEKNIKKAKURSSIT

KAUDELLA 2021–2022

**Maastohiihdon tekniikkakurssilla perehdytään vapaan ja/tai perinteisen hiihtotekniikkaan.**

Hiihtotekniikan saloihin liu'utaan teorian ja käytännön harjoitusten kautta Imatran Ukonniemi-stadionin hiihtoladuilla. Kurssin kesto 90 min.

Kurssi on suunnattu aina aloittelijoista jo hiihtotekniikkaansa hioville aktiivisille hiihtäjille, sillä oikeaoppinen hiihtotekniikka ei katso ikää eikä vauhtia.

Terveysten ja toimintakyvyn edistämisen näkökulmasta hiihto on yksi hyödyllisimpiä liikuntamuotoja. Oma tekniikka kehittyy ja tekee hiihtämisestä aikaisempaa helpompaa ja nautinnollisempaa.

Kurssi toteutuu, kun osallistujia on vähintään kuusi. Kurssille mahtuu enintään 10 osallistujaa.

Hiihtovälineet voit kätevästi vuokrata Ukonniemi-areenalla sijaitsevasta Saimaa Sportista. Kurssilaisille hiihtovälineiden vuokraukselle sopimushinta, kysy lisää!

**Katso kurssipäivät nettisivuiltamme tai kokoa oma ryhmä ja sovi kurssipäivästä!**

**DISCOVER  
SAIMAA**

✉ info@discoversaimaa.fi  
🌐 discoversaimaa.fi  
☎ +358 41 313 6868

Facebook.com/  
discoversaimaa

Instagram:  
@discoversaimaa

KURSSIN  
HINTA

**30€/hlö**

SIS. ALV

