

VoiTas - valmentaja -koulutus Paltamo



Tule mukaan maksuttomaan VoiTas -valmentaja -koulutukseen. Kehitä osaamistasi sekä syvennä tietojasi ja taitojasi iäkkäiden voima- ja tasapainoharjoittelusta. Koulutuksessa keskitytään liikuntakyvyn ylläpitämiseen, tasapainon, lihasvoiman ja toimintakyvyn edistämiseen. Saat koulutuksesta kirjallisia ohjeita itsellesi tai omalle ryhmälle hyödynnettäväksi.

Koulutus sopii iäkkäiden liikunnan vertais- ja vapaaehtoisohjaajille tai liikunnan, kuntoutuksen tai terveydenhuollon ammattilaisille sekä liikunnasta ja oman toimintakyvyn edistämisestä kiinnostuneille.

Koulutuspäivät: ke 28.9, ma 3.10, ke 5.10. ja ma 10.10.

Aika: klo 16.15-19.30

Paikka Korpitien monitoimikeskus, Lampitie 2

Ilmoittautuminen: 23.9.2022 mennessä

Jenna Härkönen hyvinvointiaktivaattori

p. 040 623 7272, jenna.harkonen@paltamo.fi

Kouluttajina Anu Leinonen ja Jenna Härkönen
Tervetuloa VoiTas -valmentaja -koulutukseen!



PALTAMO