



Kuntojumpan ohjaaminen

- 25.3.2017 klo 10 -16 Tampereen Stadion -

Kuntojumpan ohjaaminen -kurssi on tarkoitettu kunto- ja terveysliikunnan vertaisohjaajille, ikäliikunnan vertaisohjaajille, kotivoimistelijoille sekä myös kuntovoimistelun ohjaamista aloitteleville ja henkilöille, jotka vielä harkitsevat ohjaamisen aloittamista.

Kurssi antaa vinkkejä terveysliikuntaan, arkiliikuntaan sekä vapaa-ajan hyöty- ja kuntoliikuntaan ja lisävalmiuksia sekä varmuutta kunto- ja terveysliikuntaan kuuluvan kuntojumpan ohjaamiseen.

Kurssisisältö: Kuntojumppa osana terveysliikuntaa, jumppatunnin suunnittelu, ohjaajan tehtävät ja rooli, mallitunti sekä opetusharjoitukset

Kouluttajana Terhi Eriksson

Kurssimaksu 35 € (sis. opetuksen, materiaalin, lounaan ja todistuksen)



ILMOITTAUTUMISET JA LISÄTIEDOT:

20.3.2017 mennessä, TUL:n Tampereen piiri
puh. 045 77302122, jukka.nieminen@tul.fi