 **Varpaisjärven Vireen**

**yleisurheiluharjoitukset**

kaudella 2022-2023

Vk 40 alkaen

**Missä?** Varpaisjärven liikuntahalli

**Milloin ja kenelle?**

Maanantaisin klo 18-19.30 7-10v

🡪Ohjaajina Aarni, Helmi, Elina

Keskiviikkoisin klo 18-19.30 4-6v

🡪Ohjaajina Neea ja Riika

Torstaisin klo 17-18.30 11v-

🡪vaihtuvina ohjaajina Liisa, Jaana, Arttu, Roosa

Lauantaisin klo 14-15.30 harjoitukset kaikille halukkaille **erikseen ilmoitettuina aikoina.**

Harjoituksiin ovat tervetulleita kaikki yleisurheilusta kiinnostuneet lapset ja nuoret. Yleisurheiluharkkoihin ei vaadita aiempaa kokemus- tai lajitaustaa. Ei erillistä ilmoittautumista!

**Mitä tarvitset mukaan?**

Normaali sisäliikuntavarustus, vesipullo, sisäpelikengät tai tossut (avojaloin harjoitteleminen onnistuu myös!)

+ iloinen, reipas mieli 😊