

Naperohiihtokoulu ohjelma 2010

Ma 11.1 klo 18.00 Keskuskenttä, potkuharjoituksia, ladun vaihtoa, käännöksiä

Ma 18.1 klo 18.00 Keskuskenttä, tasatyöntö, yksipotkuinen tasatyöntö

Ma 25.1 klo 18.00 Keskuskenttä, ylämäki, alamäki, kaatumisia

Ma 1.2 klo 18.00 Keskuskenttä, perinteistä hiihtoa, pujottelua

Ma 8.2 klo 18.00 Keskuskenttä, isot luisteluhiihto, pienet perinteinen hiihto

Ma 15.2 klo 18.00 Keskuskenttä, isot luisteluhiihto, pienet perinteinen hiihto

Ma 22.2 klo 18.00 Keskuskenttä, isot luisteluhiihto, pienet perinteinen hiihto

Ma 1.3 klo 18.00 Keskuskenttä, taitoharjoituksia ja luisteluhiihtoa

To 4.3 klo 18.00-20.00 Kynttilähiihdot, Toivion koulu

Ulkotulin valaistulla ladulla hiihtoa ja makkaran paistoa nuotiolla vanhempien kanssa.
Hiihtotapa vapaa tai perinteinen

Ma 8.3 klo 18.00 Toivion koulu, Mäenlaskua ja hiihtoa. Tapa vapaa.

Ma15.3 klo 18.00 Toivion koulu, Mäenlaskua ja hiihtoa. Tapa vapaa.

Naperohiihtokoulun pakkasraja -15. Opetusjakson kesto n.45 min

Vetäjät: Sirra Toivonen 040-7291744
 Timo Lopperi 050-4460072
 Pekka Pakkanen 040-7447111
 Jari Pajula n0400-642406
 Jouko Karppanen 040-5060858

kotisivut: www.pirhi.com sähköposti: pirhiry@hotmail.com