

# Hiihtokoulu ohjelma 2012

**Ti 17.1 klo 18.00 Keskuskenttä,** potkuharjoituksia, ladun vaihtoa, käännöksiä

**Ti 24.1 klo 18.00 Keskuskenttä,** tasatyöntö, yksipotkuinen tasatyöntö

**Ti 31.1 klo 18.00 Keskuskenttä,** ylämäki, alamäki, kaatumisia

**Ti 07.2 klo 18.00 Keskuskenttä,** perinteistä hiihtoa, pujottelua

**Ti 14.2 klo 18.00 Keskuskenttä,** isot luisteluhiihto, pienet perinteinen hiihto

**Ti 21.2 klo 18.00 Keskuskenttä,** isot luisteluhiihto, pienet perinteinen hiihto

**Ti 28.2 klo 18.00 Keskuskenttä,** isot luisteluhiihto, pienet perinteinen hiihto

**To 1.3 klo 18.00-20.00 Kynttilähiihdot, **Toivion koulu****

Ulkotulin valaistulla ladulla hiihtoa ja makkaran paistoa nuotiolla vanhempien kanssa.

Hiihtotapa vapaa tai perinteinen. Nuotiolle mahdollisuus myös kävellä.

Ei ohjattu tilaisuus.

**Ti 6.3 klo 18.00 **Toivion koulu,**** Mäenlaskua ja hiihtoa. Hiihtotapa vapaa.

**Ti 12.3 klo 18.00 **Toivion koulu,**** Mäenlaskua ja hiihtoa. Tapa vapaa.

**Naperohiihtokoulun pakkasraja –15. Opetusjakson kesto n.45 min**

Maksut 31.1 mennessä 20€/osanottaja ja PirHi:n jäsenet 10€/osanottaja

Tilille 232618-12644

Maksuun sisältyy ohjaus, vakuutus, osanottomitali, päätöstilaisuus ja hiihtokoulutuote.

kotisivut: [www.pirhi.com](http://www.pirhi.com) sähköposti: [pirhiry@hotmail.com](mailto:pirhiry@hotmail.com)

tiedustelut 040-5060858 Jouko Karppanen