

Hei, haluaisitko parantaa hiihtotekniikkaasi, luistelua tai perinteistä, saada suksen liukumaan – ja nauttia vauhdin hurmasta?

Opastan sinut löytämään kehosta ne avaintekijät sulavaan hiihtotekniikkaan Pilateksen ja Spiraali Stabilaation periaatteita hyväksi käyttäen ja liittäen ne Ladun hiihdonohjaajakurssin (2019) antiin.

Tule yksin, perheenä, työ- tai kaveriporukassa hiihtokouluun.

OTA YHTEYTTÄ : sirkka.immonen@elisanet.fi tai 0500 905003
sovitaan paikka ja aika (esim. Vattuvuori tai Honkapirtti)

Hinta: 60 € / h / henkilö

65 € / h / 2 henkilöä tai perhe (samassa taloudessa asuvat)

25 € / h / 3-6 henkilöä

Tervetuloa nauttimaan hiihdosta!

Sirkka Immonen

Fysioterapeutti Sirkka R Immonen

www.sirkkaimmonen.info

sirkka.immonen@elisanet.fi

0500 905003