

**’’Yhteistyössä SUL:n kanssa toteutettava Keiju Junior Juoksukoulu on suunnattu 7–12-**

**vuotiaille lapsille ja se koostuu kymmenestä innostavasti rakennetusta harjoituskerrasta.**

**Juoksukoulussa opitaan juoksemisen perusteet, saadaan vinkkejä harjoitteluun sekä**

**perehdytään yleisesti terveellisiin elämäntapoihin, joista keskeisessä roolissa on tietysti**

**monipuolinen ruokavalio.’’**

Lehtimäen Jyskeen Keiju Junior Juoksukoulun seuraavat tapaamiset:

**Rannan kentällä kello 14 lauantaisin 26.9., 3.10. ja 11.10.**

Syysloman jälkeen lauantaisin klo 14 Valkealammella.

Keiju Junior Juoksukoulua ohjaavat koulutuksen saaneet ohjaajat.

Juoksukoulu on ilmainen.

Ennakkotiedosta poiketen EI ikärajaa!

 **Tervetuloa mukaan!**

