




Löydä oma koulutustiesi!


-  VANHEMMILLE
-  VALMENTAJILLE
-  URHEILIJALLE



Tervetuloa ohjaajaksi 


Kannustava valmentaja ja ohjaaja 

Liikunnallisten perustaitojen kehittäminen lajitaidoiksi 


Herkkyykskausien huomiointi harjoittelussa 




Tunne ja vuorovaikutus 


Ravitsemus 


Soveltavan liikunnan työpajat 


Urheiluvammojen huolto ja teippaus 

Liikkujaksi: monenlaista menijää 

Psyykinen valmennus 

Taitojen oppiminen 

Fyysinen harjoittelu 

Valmentajatutor 

Voimistelu

Ammunta

Judo

Yleisurheilu

Salibandy

Jalkapallo

Jääkiekko

Taitoluistelu

Miekkailu

Ratsastus

Nyrkkeily

Paini

Uinti

