**IKAALISTEN URHEILIJOIDEN YLEISURHEILURYHMÄT LIIKUNTAHALLISSA SYKSY 2018 – KEVÄT 2019**

**YLEISURHEILUKERHO**

* 7 – 10-vuotiaille
* **20.9.2018 - 25.4.2019**
* Torstaisin klo. 15.00 - 16.00
* Kerhossa tutustutaan yleisurheilulajeihin, leikitään ja pelataan eri pallopelejä.
* Hinta 60 €

**YLEISURHEILUKOULU**

* 10 – 13-vuotiaille
* **17.9.2018 – 22.4.2019**
* Maanantaisin klo. 15.30 – 17.00, perjantaisin klo 15.30 - 17.00 ja sunnuntaisin (25.11 alkaen) klo 12.00 - 13.30.
* Harjoittelemme monipuolisesti eri yleisurheilulajien tekniikkaa, nopeutta, voimaa ja kestävyyttä.
* Hinta 70 €

**VALMENNUSKOULU**

* Yli 14-vuotiaille **(2.10.2018 alkaen)**
Tiistaisin klo. 17.00 – 18.30, torstaisin klo. 18.00 – 20.00 ja perjantaisin klo. 17.00 – 18.30
* Valmennuskoulu on tarkoitettu tavoitteellisesti harjoitteleville ja aktiivisesti kilpaileville urheilijoille.
* Hinta 100 € (Sisältää seuran kilpailulisenssin ja henk.koht harjoitusohjelmat)

**TIEDUSTELUT JA ILMOITTAUTUMISET:
Ikaalisten Urheilijat
Valmennuspäällikkö Antti Mäkelä, p.043-2170390** **antti.makela@ikaalinen.fi**