



# JUNNUOHJAAJAKOULUTUS

4-5.3.2017 Helsingin Kiipeilykeskuksessa



## Aikataulu

### Lauantai

10:00

Kurssin avaus ja tavoitteet

Malliesimerkki junnuille tarkoitetusta kiipeilykerrasta

Lasten ja nuorten liikunnan perusteet

13:00

Lounastauko

Opettaminen ja taidon oppiminen

Lasten ja nuorten ohjaamiseen liittyvät hyvät käytännöt

(demot)

Tauko

Fyysisen harjoittelun perusteet ja menetelmät

19:00

Päivän ohjelma päättyy

### Sunnuntai

10:00

Junioriohjaajan opas kiipeilyseuroille -viikkoon  
tutustuminen

Junnutoiminnan suunnittelun ja toteuttamisen  
perusteet seuroissa

Oheisharjoitteet, pelit, leikit (demot)

Lounastauko

Osallistuvien seurojen junnutoiminnan tilanteen  
kartoittaminen ja

toimintasuunnitelmien laatiminen (työpajat)

16:00

Koulutuksen päättäminen

### Hinta:

Kurssin hinta on 53 euroa  
henkilöltä. Kehotamme seuroja  
maksamaan kurssin  
junnuoajaajilleen.  
Kurssi sisältää kirjallisen  
materiaalin. Kurssi ei sisällä  
ruokailuja.

### Paikka:

Helsingin Kiipeilykeskus,  
Erätie 3, 00730 Helsinki.

### Ilmoittautuminen:

Markku Moilanen,  
moilanen.markku@hotmail.com  
Paikkoja koulutukseen on 24 ja ne  
täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.  
Etusijalla ovat seurojen junnuoajaajat.  
Kiinnostuksesta riippuen 5 paikkaa/seura.

# TERVETULOA MUKAAN!

### Kouluttajat:

Markku Moilanen,  
moilanen.markku@hotmail.com  
040-1676977  
Heidi Pienipaavola,  
heidi.inkeri@gmail.com  
044-3775503

### Varusteet:

Ota mukaan sisäliikuntavarusteet,  
muistiinpanovälineet ja omat  
kiipeilyvarusteet (köyttä ei tarvitse).  
Ota myös eväitä välipalaksi.

### HUOM!

Jos sinulla on sairauksia, jotka voivat  
vaikuttaa kurssin läpikäymiseen, sinulla  
on liikuntarajoitteita tai olet raskaana,  
niin ilmoita tästä kurssin järjestäjälle.  
Alle 18-vuotiaalta vaaditaan holhoojan  
allekirjoitus kutsun liitekirjeeseen.