

JUOKSU- JA UINTIVALMENNUS

Haluatko oppia juoksemaan tai uimaan? Kuntovarikon valmentajat auttavat. Kartoitamme alkutilanteen, kuvaamme tarvittaessa sekä analysoimme tulokset. Matkan varrella saat ohjeet tekniikkaharjoitteluun sekä tarvittaessa harjoitusohjelman tekniikan ja kunnan parantamiseen. Ota rohkeasti yhteyttä!

Tuote	Kuvaus	Hinta
Tekniikkatunti	Opetus/harjoitustunti	55€/h
Tekniikkakuvaus	Tekniikka videokuvataan ja analysoidaan. Työmäärä n. 2-3h	90€
Tekniikkapaketti	4 yksilöllistä harjoitustuntia	200€

