**TOIMINNALLINEN URHEILUTEIPPAUS**

**Aika:** Sunnuntai 24.9.2017 klo 09.00 – 15.00

**Paikka**:                           Fysios Turku, Yliopistokatu 19 A 20100 Turku

**Kohderyhmä:** Jääkiekkohuoltajat

.

**Kouluttajat:**                   Heikki Hämäläinen, fysioterapeutti

                                       Sannakaisa Vastamäki, fysioterapeutti

Olli Ceder, fysioterapeutti

**Ilmoittautuminen:** Sitovat ilmoittautumiset 20.9.2017 mennessä olliceder@gmail.com. Kurssille otetaan

20 ensiksi ilmoittautunutta.

**Kurssimaksu**: SJH:n jäseniltä kurssimaksu on 35 euroa ja muilta 50 euroa. Kurssimaksu sisältää opetuksen, harjoituksissa käytettävät teipit ja materiaalit, aamukahvin, lounaan.

Kurssimaksu tulee olla suoritettuna 23.9.2017 mennessä Suomen Jääkiekkohuoltajat ry:n tilille **FI20 8000 1971 0058 72**. Kurssin alkaessa tulee esittää maksukuitti.

**OHJELMA**

Klo 9.00                            Tulokahvi ja kurssin avaus

Klo 9.30 – 10.00               Teippauksen perusteet

Klo 10.00 – 12.30            Toiminnallinen teippaus

-       käytännön harjoituksia

Klo 12.30 – 13.15            Lounas

Klo 13.15 – 14.30            Urheiluteippaukset erilaisilla materiaaleilla

-       käytännön harjoituksia

Klo 14.30 – 15.00            Kurssin päätös ja loppukeskustelu