

Hiihtovalmennukset talvikausi 2025-2026

Tavoitteenasi voi olla esimerkiksi kunnon tai tekniikan parantaminen. Vai onko mielessäsi kenties hiihtokilpailu tulevana talvena. Tarvitset ehkäpä apua harjoittelun suunnitteluun ja hiihtotekniikkaakin pitäisi tsekata ennen talven koitoksia. No nyt olet oikeassa paikassa. Alla on pari esimerkkipakettia. Jos näistä kumpikaan ei osu ja uppoa, niin suunnitellaan sulle omannäköinen räätälöity hiihtovalmennus.

Hiihtovalmennus - Nuinvain 150€/kk

- Alkukartoitus puhelimitse/livenä noin 60min
- Harjoitusohjelma päivittyy 4 viikon välein

Hiihtovalmennus - Joainaki 250€/kk

- Alkukartoitus puhelimitse/livenä noin 60min
- Mahdollisuus 2 viikon kokeilujaksoon
- Harjoitusohjelma päivittyy 2,3 tai 4 viikon välein
- Voimaharjoitteluohjelma
- Harjoittelun seuranta (excel+sykekello)
- Yksityistunti 90min hintaan 50€ (1kpl) vuoden aikana
- Edut: Intersport Joutsensilta/Valkea + ODL Liikuntaklinikka

Räätälöity - Hiihtovalmennus

Tehdään sulle sopiva paketti, ehota rohkeasti mitä tarttisit ☺ Voi sisältää esimerkiksi jotain näistä:

- Harjoitusohjelma
- Voimaharjoitteluohjelma
- Hiihdon yksityistunti
- Paikka hiihtokurssille
- Välinekartoitus
- Suksihuolto
- Yksilöllinen suksenvalintapalvelu

Esimerkkipaketti 1:

- Harjoitusohjelma yhdellä kerralla tehtynä koko talvelle yht. 150€
- Paikka hiihtokurssille 25-35€/kerta
- >Yhteensä 175€-185€

Esimerkkipaketti 2:

- Harjoitusohjelmaan runko koko talvelle 150€
- Hiihdon yksityistunti 90min/1-2hlöä/150€
- >Yhteensä 300€

040-1259525, [aleksi.harjula\(at\)hiihtokonsultti.fi](mailto:aleksi.harjula(at)hiihtokonsultti.fi)