

**Intersport Rullahiihtokoulu Oulu (P)**

25€/hlö/60min

ti 28.4.2026 klo 17-18 Perinteinen hiihtotapa

Sopii aloittelijoille ja vähän rullasuksilla hiihtäneille.

Jarruttaminen sekä suksenhallinta.

Hiihtoasento ja tasatyöntö rullasuksilla. Lisäksi tasapainoharjoituksia sekä vuorohiihdon ja yksipotkuisen tasatyönnon harjoittelu rullasuksilla.

**Intersport Rullahiihtokoulu Oulu (V)**

25€/hlö/60min

ti 28.4.2026 klo 18.30-19.30 Vapaa hiihtotapa

Sopii aloittelijoille ja vähän rullasuksilla hiihtäneille.

Jarruttaminen sekä suksenhallinta.

Hiihtoasento ja kuokka rullasuksilla. Lisäksi tasapainoharjoituksia sekä wassbergin ja mogrenin harjoittelu rullasuksilla.

Yleinen info:

Vetäjänä Aleks Harjula.

GoogleMaps: Intersport Joutsensilta. Kokoontuminen takakassan edessä

Lainavälineitä tarjolla rajallinen määrä: rullasuksia NNN-siteellä, monoja NNN sekä sauvoja.

Oma talvimono (NNN) ja talvisauva käy myös.

LAITA VIESTIÄ MIKÄLI TARVITSET LAINAVÄLINEITÄ:

\*lainamonon koko/koot NNN?

\*monetko rullasukset NNN?

\*sauvat, sauvan mitta tai hiihtäjän pituus?

Oma kypärä mukaan, voit käyttää myös kyynär/polvisuojia.

Lisätietoja: Aleks Harjula, 040-1259525, aleksi.harjula(at)hiihtokonsultti.fi

Säävaraus - muutokset tapahtumapäivänä 4 tuntia ennen tapahtumaa.

Kursseille osallistut omalla vastuulla ja vastaat omasta vakuutusturvasta.

\*kysy myös yksityistunteja

Maksu: Verkkomaksu Digibookerissa. Jos maksat liikuntaeduilla, niin varaa paikka sähköpostilla.

Smartum, Edenred, ePassi