



Valmistava treeniohjelma esimerkiksi Pertin Hiihtoon ja/tai Tervahiihtoon 2023

49€

Sisältö:

-**Treeniohjelma ma 23.1.- la 4.3.2023.** Myynnissä viikoilla 3-5. Valittavissa 4-7h, 7-10h tai 10h+ viikko-ohjelmat. Ohjelma on suunniteltu siten, että voit osallistua molempiin kisoihin tai vain toiseen.

-**Valmistava hiihtotreeni** keskiviikkona 1.3.2023 klo 18.30-19.30. Voit tulla perinteisen tai vapaan hiihtovälineillä. Lämmittely + kropan valmistelu kisaan + vinkit kisaan.

(GoogleMaps: Sankivaaran latu, 90650 Oulu. Kokoontuminen ampumahiihtopenkalla)

-**Team Hiihtokonsultti -edustus** Pertin Hiihdossa ja Tervahiihdossa 2023

-**Kisaan energiageeli** Valkean Intersportista

(***) Osta Valmistava treeniohjelma:**

-Mene sivustolle: <https://www.varaaheti.fi/hiihtokonsultti>

-Mene viikon 3,4 tai 5 kohdalle ja valitse Valmistava treeniohjelma

-Paina "Varaa" -painiketta

-Kirjautu sisään / luo käyttäjätili varaaheti-sivustolle:

-Paina seuraavaksi "Varaa ja maksa aika" tai "Varaa aika"

(-jos maksat verkkomaksulla heti, niin valitse "Varaa ja maksa aika")

(-jos maksat liikuntaeduilla tai laskulla, niin valitse "Varaa aika". Tässä tapauksessa siirrä käyttöpaikkaan Hiihtokonsultti liikuntaeturahaa tai pyydä lasku. Liikuntaseteleillä voit maksaa ladulla)

-Nyt paikka on varattu / maksettu

-Sähköpostiin tulee varaustiedot

Pakkasraja -15°C hiihtotreenille

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

