



Sinustako iäkkäiden liikunnan vertaisohjaaja?

Tiedote **8.11.2022 14:01**

Ilmoittaudu mukaan pian alkavaan Vertaisveturi -koulutukseen!

Koulutus on tarkoitettu kaikille, jotka ovat kiinnostuneita ikäihmisten liikunnasta ja sen ohjaamisesta.

Vertaisveturi voi toimia vaikkapa oman taloyhtiön kerhossa tai yhdistyksen liikuntatuokioiden ohjaajana sekä ohjata esim. voima- ja tasapainoharjoitteita omaiselle tai läheiselle.

Koulutuksen järjestävät Imatran kaupungin liikuntapalvelut. Kouluttajina toimivat Ikäinstituutin Voitas-kouluttajakoulutuksen käyneet liikunnanohjaajat.

- Koulutukseen osallistuminen ei velvoita mihinkään. Sen jälkeen on kuitenkin mahdollisuus alkaa ohjata ryhmää esim. omassa yhdistyksessä. Voi myös aloittaa apuohjaajana tai toimia liikuntakaverina omille tutuilleen, kertoo liikunnanohjaaja

Riitta Pellinen Imatran liikuntapalveluista.

Koulutus on maksuton. Lisäksi osallistujat saavat opaskirjan sekä luentomateriaaleja. Koulutus järjestetään Imatran Urheilutalolla.

Ilmoittautuminen Vertaisveturi-koulutukseen

Ilmoittautua voi joko sähköpostilla tai puhelimitse Riitta Pelliselle 29.11.2022 mennessä. Yhteystiedot ovat tämän tiedotteen lopussa.

Lisätietoja:

liikunnanohjaaja Riitta Pellinen puh. 020 617 7202 riitta.pellinen@imatra.fi