



PAREMPI LIIKKUJA

TODISTUS

Arttu Pakkanen

on osallistunut

Parempi liikkujia koulutukseen

- Aika ja paikka: 21.5.2016 Jyväskylä
- Laajuus: 6 h
- Sisältö:
- Taitoharjoittelu
 - Kehonhuolto
 - Voimaharjoittelu
 - Kehonpainoharjoittelu
 - Nopeusvoimaharjoittelu


Konsta Kolvuranta


Mika Vuorialainen


Olli Koskinen


Tuomas Rytönen


Henri Hänninen