

KUTSU

LÄMPIMÄSTI TERVETULOA

NUORI URHEILIJA -SEMINAARIIN 16.9.

Pihlajalinna ja Etelä-Kymenlaakson urheiluakatemia järjestävät yhteistyössä Nuori urheilija -seminaarin 16.9.2025 klo 17-20.

Seminaari on tarkoitettu urheilijoille, valmentajille, urheilijoiden vanhemmille, sekä terveydenalan ammattilaisille. Seminaariin on vapaa pääsy.

Paikka: Merikeskus Vellamo, Tornatorintie 99, 48100 Kotka, iso auditorio.
Ilmoittautumiset: 10.9. mennessä täällä tai skannaamalla QR-koodi.
Lomakkeesta löytyvät yhteystiedot mahdollisia lisäkysymyksiä varten

OHJELMA:

Nuoren urheilijan kuormittuminen ja palautuminen
Lauri Alanko, Liikuntalääketieteen erikoislääkäri Pihlajalinna

Tavallisimmat rasitusvammat
Lauri Alanko

Selän rasitusmurtumat
Lauri Alanko
Petteri Koski, Naprapaatti, Pihlajalinna

Lasten ja nuorten liikunta ja harjoittelu
Petteri Koski


Lauri Alanko


Petteri Koski

Pihlajalinna

EKA
ETELÄ-KYMENLAAKSON URHEILUAKATEMIA