

## URHEILUAKATEMIA

Raahen lukio ja Raahen Porvari- ja Kauppakoulu tarjoaa urheiluseuroille mahdollisuuden järjestää joukkueharjoituksia seuraavan aikataulun mukaisesti:

MA	TI	KE	TO	PE
	8 – 9.15		8 – 9.15	
				13.15 – 14.30

Seurat voivat toteuttaa joukkueharjoittelun opintojaksojen aikana ja ohjattu valmennus hyväksytään valmennuksessa mukana oleville urheilijoille opintosuorituksiksi.

Lukuvuoden 2018 – 2019 jaksosten alkamis- ja päättymisajat ovat:

JAKSO	ALKAA	PÄÄTTYY
I	9.8.2018	1.10.2018
II	2.10.2018	28.11.2018
III	29.11.2018	5.2.2019
IV	6.2.2019	3.4.2019
V	4.4.2019	1.6.2019

Mikäli urheiluseurat eivät järjestä omia joukkueharjoituksiaan, urheilijat voivat osallistua ko. aikoina kaikille tarkoitettuun yhteiseen ohjatun valmennuksen ryhmään. Lisätietoja: Ryhmän vetäjä Ilkka Kontinaho, puh 0400 823911 (ilkka.kontinaho@kisakontti.fi)