



Yleisurheilu

VISAN KESPORT-YLEISURHEILUKOULU

Tervetuloa yleisurheilemaan! Harjoitteleme kesäkaudella Sankariniemen kentällä 13.5. - 8.8.2024. Ohjaajina toimivat Visan nuoret, ohjaajakoulututut urheilijat. 4-5 -vuotiaille (s.2019-2020) ja 6-7 -vuotiaille (s. 2017-2018) on tarjolla kaksi eri ryhmää, joista voi valita perheelle paremmin sopivan. 8-9 -vuotiaat (s.2015-2016) ja yli 10-vuotiaat (s. 2014 ja aiemmin) voivat ilmoittautua yhdelle tai kahdelle viikottaiselle harjoituskerralle. Kerran voi kokeilla ilmaiseksi, olisiko tämä sopiva laji.

Harjoitusten lisäksi kesän yleisurheilukoululaiset pääsevät maksutta mukaan Sankariniemellä järjestettäviin Kesport-kisoihin 11.6. ja 9.7. sekä joihinkin myöhemmin ilmoitettaviin naapuriseurojen kisoihin.

HARJOITUSAJAT JA RYHMÄT

MAANANTAI

16.45 - 17.30 4-5 v. ryhmä 1
17.40 - 18.40 Yli 10 v. harjoitus 1
18.45 - 20.25 Aikuiset

TIISTAI

16.45 - 17.30 4-5 v. ryhmä 2
17.40 - 18.40 6-7 v. ryhmä 1
18.50 - 19.50 8-9 v. harjoitus 1

TORSTAI

16.45 - 17.45 6-7 v. ryhmä 2
17.55 - 18.55 8-9 v. harjoitus 2
19.05 - 20.05 Yli 10 v. harjoitus 2

Lisätietoja ja ilmoittautuminen: www.iisalmenvisa.com -> Yleisurheilu -> Kesän 2024 yleisurheilukoulu

IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com



Suunnistus

Kevät etenee hyvää vauhtia ja on aika aloittaa suunnistuskausi Kaisanet-kuntorasteilla! Ensimmäisen kerran suunnistamaan pääsee vappurasteille keskiviikkona 1.5 Lippuniemessä klo 11–13. Lähtö srk-kodin parkkipaikalta. Tämän jälkeen rastit jatkuvat tiistai-iltaisin 7.5 Haminanmäellä Lapinlahdella, sekä 14.5 Ohenmäessä. Karttamaksu aikuisilta 6 € ja Emit-kortin voi vuokrata 2€. Alle 18-vuotiaat suunnistavat ilmaiseksi. Tarkempaa tietoa ja tulevat rastit löytyvät päivittyvästä kuntorastikalenterista Visan nettisivuilta, sekä suunnistusjaoston Facebookista. Tervetuloa suunnistamaan kevään ja kesän kuntorasteille!

Triathlon ja pyöräily

Uintivuoro hallissa jatkuu toukokuun loppuun torstaisin klo 18 -19.
Avovesiuintiharjoitukset alkavat kesäkuussa, kun vedet ovat lämmenneet.

IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com



Visalan toimisto, Riistakatu 11

Toimiston aukioloajat:

ma	10.30-16.30
ti	8-14
ke	8-14
to	8-14
pe	8-14
la-su	suljettu

Kokoustilaa vuokrataan

Visala on oiva paikka pitää kokouksia, koulutustilaisuuksia tai vaikkapa pikkujouluja.

Käytössä on noin 25 henkilön kokoontumistila kahvi- ja ruokailuastioineen.

Erikseen varattaessa videotykki ja tarvittava kokousvälineistö.

Vuokra

1 h	25 €
2 h	50 €
3 h	65 €
4 h	80 €
5 h ja yli (= koko ilta)	90 €

Varmista kokouspaikkasi heti ja varaa Visala edullisesti käyttöösi ottamalla yhteyttä kisatoimistoon:

Puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com
 Riistakatu 11, 74100 Iisalmi



IISALMEN VISA

Riistakatu 11, 74100 IISALMI • puh. 0440 820 621
kisatoimisto@iisalmenvisa.com • www.iisalmenvisa.com

