

ELOKUU 2016

- ✓ **Rio de Janeiron kesäolympialaiset 5.-21.8. ja paralympialaiset 7.-18.9. Ratsastuksen huippuhetkiä tarjolla penkkiurheilijoille!**
- ✓ **Liikuntatreffit, lenkki ja mäkijuoksutreenit sunnuntaina 14.8. klo 11 - n. 12.15.**

- ✓ **Rio de Janeiron kesäolympialaiset 5.-21.8. ja paralympialaiset 7.-18.9. Ratsastuksen huippuhetkiä tarjolla penkkiurheilijoille!**

Urheilumaailman vuoden huipputapahtumat, kesäolympialaiset ja paralympialaiset järjestetään Rio de Janeirossa, Brasiliassa elo-syyskuussa. Ratsastuskilpailut ovat ohjelmassa seuraavasti: 6.-9.8. kenttäratsastus, 10.-15.8. kouluratsastus, 14.-19.8. esteratsastus ja 11.-16.9. pararatsastus.

Lisätietoja ratsastuskisojen aikatauluista, tapahtumapaikoista, osallistujista ja televisioinneista löydät osoitteista <http://www.ratsastus.fi/rio2016> ja http://yle.fi/urheilu/rio_2016 Seuraa maailman parhaiden suorituksia ja poimi ajatuksia omaan ratsastukseesi!

- ✓ **Liikuntatreffit, lenkki ja mäkijuoksutreenit sunnuntaina 14.8. klo 11 - n. 12.15.**

Ratsastuksenopettajat ja ratsastuksen oheisliikunnanohjaajakurssin suorittaneet Tuija ja Martina pitävät liikuntatreffit, lenkin ja mäkijuoksutreenit, sunnuntaina 14.8. klo 11-n. 12.15. Tervetuloa mukaan!

Tavataan alatallin / afterin edessä! Lämmittelemme matkalla heppojen maastolenkin varrella, koivukujan päässä olevalle mäelle, jossa teemme mäkijuoksuharjoituksia. Lopuksi verryttelemmme.

Tapahtuma on ilmainen, avoin kaikille (myös ei-jäsenille, kavereille, perheenjäsenille, jne.) eikä etukäteisilmoittautumista vaadita. RS Majoranin jäsenillä on voimassa vakuutus Suomen Ratsastajainliiton kautta. Jos et ole seuran jäsen, varmistathan, että oma vakuutusturviasi on kunnossa!

Lisätietoja Martina Keskiseltä (puh. 044 041 1228), Anu Helomaalta (puh. 040 592 2929) tai Tuija Rahkamaalta voi kysyä aiheesta, kun häntä näkee tallilla.