



Virtaa ja voimaa vedestä -tilauskoulutus

Virtaa ja voimaa vedestä -koulutuksessa

saadaan tietoa iäkkäiden vesiliikunnasta ja sen toteuttamisesta sekä vesijumppaa tukevista materiaaleista.

Koulutus on tarkoitettu liikunta-alan ja kuntoutuksen ammattilaisille sekä kokeneille vertaisohjaajille, jotka ohjaavat iäkkäiden vesiliikuntaa.

Kouluttajina toimii Ikäinstituutin asiantuntija

Tiedustelut: koulutus@ikainstituutti.fi tai puh. 020 155 5030

Sisältötiedustelut: Elina Vuorjoki-Andersson puh. 040 743 8465 tai elina.vuorjoki-andersson@ikainstituutti.fi

Koulutuksen teemat

- Vesi liikkumisympäristönä
- Iäkkäiden vesiliikunnan erityispiirteet
- Voima- ja tasapainoharjoittelu vedessä
- Musiikin ja välineiden hyödyntäminen

Koulutus sisältää sekä teoriaa että käytännön harjoituksia

Kurssimateriaali

- Koulutukseen sisältyvästä materiaalista sovitaan tilaajan kanssa erikseen

Tutustu

[Virtaa vedestä vesijumppa –yhteispaketti](#)

Voitas.fi