

Liikkuva koulu voi hyvin oppilaiden ja opettajien harrastessa liikuntaa. Ilmoita oppilaasi hiihtokilpailuihin! Ottakaa luokkaretkikohteeksi Power Mover 2.6. Lue lisää Koululiikuntaliiton järjestämistä tapahtumista [www.kll.fi](http://www.kll.fi).

Liikunnallista lukuvuotta koko koulullesi!

# Koululaisista hiihtokuninkaita ja -kuningattaria!

# Liikkuva koulu voi hyvin



Ottakaa kaikki irti vähälumisesta talvesta ja tulkaa koko luokka hiihtämään Koululiikuntaliiton mestaruuksista Seinäjoelle 7.3. Perinteisissä mestaruuskilpailuissa sarja löytyy jokaiselle hiihtäjälle, joten kynnys ei ole korkea! Hiihtotyylit on vapaa. Saman viikonvaihteen aikana ratkotaan myös Suomen Hiihtoliiton SM-mitalit nuorten sprinttihiihdossa (6.3.).

Kilpailujen käytännön järjestelyistä vastaa Seinäjoen Hiihtoseura. Koululiikuntaliiton sarjoja sunnuntaina ovat N ja M 14 (s. 1996), 15, 16, 17, 18 ja 20 (s. 1990), matkat 3-5 km. Lauantaina sprinttimatkoilla kilpaillaan sarjoissa N ja M 16, 18, 20. Sekä Nuorten SM-sprintti että Koululiikuntaliiton mestaruuskilpailut ovat molemmat St1-cupin (N/M20) ja Pohjola-cupin (N/M 17,18) osakilpailuja. – Kisajärjestelyt ovat hyvässä vauhdissa. Seinäjoen Hiihtoseura on kokenut kisajärjestäjä ja taitaa isompienkin kisojen järjestelyt, lisäksi yhteistyö kaupungin ja tukijoiden kanssa takaa erinomaiset puitteet kisoille, kertoo Krigsholm.

Kisojen päänäyttämönä toimii Jouppilanvuoren talviurheilukeskus. Kisakeskus sijaitsee puolentoista kilometrin päässä keskustasta ja hotelleista. Kilparadat ovat riittävän monipuoliset ja vaativat, mutta myös erittäin hiihdettävät.

Kilpailukanslia sijaitsee Seinäjoen lukiolla kisakeskuksen ja keskustan välimaastossa, jossa järjestetään myös kilpailijoiden, huoltajien ja kisayleisön ruokailu. Koululiikuntaliitto, Seinäjoen Hiihtoseura ja Seinäjoen kaupunki toivottavat yhdessä seinäjokisten hiihtäjien ja kisojen suojelijan Juha Miedon kanssa kilpailijat, huoltojoukot ja yleisön tervetulleiksi kisailemaan Seinäjoelle!

Ilmoittaudu mukaan viimeistään

**26.2. klo 16 mennessä.**

[www.seinajoenhiihtoseura.fi/kll2010](http://www.seinajoenhiihtoseura.fi/kll2010)



Koululiikuntaliiton perinteiset Opettajien Talvipäivät vietetään Lohjalla Kisakallion Urheiluopistolla. Ohjelmassa on perinteiseen tapaan kaukalopalloa, lentopalloa, sählyä ja urheilutietäjäkisa.

# Kisakalliossa Opettajien Talvipäivillä paljon uutuuksia!

■ Kisakallio on uudistanut Talvipäivien ohjelmaa ja 5.-7.2. on kokeiltavana paljon mielenkiintoisia uutuuksia. Tavoitteena on saada mukaan kaikenikäisiä ja kaikenkuntoisia opettajia kokeilemaan uutuuksia, joita ei ihan joka paikassa ole tarjolla.

Tarjolla on mm. retkiluistelua, fastscoopia, talvifutista, curlingia, hydrospinningiä, soutuspinningiä, Cosmickeilailua ja IceCrash-pikaluistelua. Omasta kuntotasosta kiinnostuneille on mahdollisuus myös henkilökohtaiseen kuntotestiin, johon kuuluvat Inbody-kehoanalyysi sekä polkupyörällä poljettava 12 minuutin ergometritesti.

## Jääbaari "SININEN HETKI"

Lohjalta kantautuneiden tietojen mukaan yksi tapahtuman kohokohdista on lauantai-ilta-päivälle rakentuva "SININEN HETKI", jossa pakkasiltaan laskevan auringon säteiden valossa (sää tilattu) on mahdollista kokeilla mm. retkiluistelua, pelata jääkolkkaa ja nauttia jääbaarin antimista Lohjanjärven teräsjäällä.

## Facebookissa seurataan säiden kehittymistä

Yksi Talvipäivien erikoisuuksista on Facebookiin tehtävä oma tapahtuma, jossa aiheesta kiinnostuneet voivat kirjoittaa taululle (ei liitutaulu) viestejä sekä seurata uutisia tapahtumajärjestäjien toimistosta.



ILMOITTAUDU  
MUKAAN  
15.1. mennessä  
[www.kisakallio.fi](http://www.kisakallio.fi)

Talvipäivien ohjelmakokonaisuudesta vastaavat yhteistyössä Kisakallion Urheiluopisto, OAJ:n Lohjan Paikallisyhdistys, Lohjan Liikuntakeskus sekä paikalliset urheiluseurat. Talvipäivien pääsihteerinä toimii Birgit Gröhn ja kilpailuiden johtajana Pekka Luoma.

  
**kisakallio**  
Sopivalla sykkeellä.

# Esiintymiskokemusta tanssikilpailusta

## POWER MOVER

Power Mover -tanssi- ja liikunta-kokonaisuuteen kuuluva tanssikilpailu on oiva paikka koululaisille kehittää esiintymistaitojaan, sillä lavalle on helpompi mennä kun kaverit ovat tukena. Lisäksi kannustusjoukkojen rekrytointi mukaan kisapaikalle saa tanssitunnelman nousemaan kattoon. Nyt on aika suunnitella oma tanssi: sadun usvasta tai legendojen salaisuuksista.

**T**ämän vuoden teema on alakoululaisille sadut ja yläkoululaisille legendat. Pienryhmällä voi myös osallistua teemattomaan sarjaan. Uuden aluevaltauksen voivat tehdä yläkoulun oppilaat kaverin kanssa Duo-sarjassa, jossa kilpaillaan hiphop-askelten tahdissa.

Ilmoittautukaa tanssikilpailuun 12.3. mennessä Koululiikuntaliiton Internet-sivulla. Ilmoittautuminen on sitova eikä jälki-ilmoittautumisia oteta vastaan kuin poikkeustapauksissa. Osallistumismaksu klubikouluilta on 20 euroa pienryhmä ja 25 euroa iso ryhmä, muilta maksut ovat 25/30 euroa.

### Aluekilpailusta finaaliin

Tanssikilpailu tarjoaa tanssin suunnittelun ja harjoittelun lisäksi upean esiintymiskokemuksen. Kaikki kilpailuun osallistuvat ryhmät esiintyvät ensin aluekilpailuissa, josta paikallinen tuomaristo valitsee parhaat ryhmät finaaliin, joka järjestetään 2.6. klo 9-15 Helsingin Jäähallissa. Finaali pidetään Power Mover -päätapahtuman yhteydessä, jolloin kaikilla tanssijoilla on mahdollisuus kokeilla liikkumista

myös erilaisissa liikuntapisteissä. Aluekilpailujen pitopaikkakunnista ovat varmistuneet Oulu ja Pori. Muut kolme paikkaa ilmoitetaan niiden varmistuttua Internetissä.

Oman tanssin kilpailuun voi ottaa osaa saman koulun oppilasryhmällä. Sarjoja on viisi. Tutustu sarjoihin ja sääntöihin tarkemmin Internet-sivuilla.

### Liikunnallinen elämys

Askel, pomppu, juoksu ja kirsaus! Power Mover -päätapahtuma 2.6. Helsingin Jäähallissa on monipuolinen liikunta- ja tanssitapahtuma, joka kannattaa ottaa luokkaretkikohteeksi. Tapahtumassa on mahdollisuus myös vähän liikuntaa harrastaneiden kokeilla mm. tanssipelejä, jalkapalloa, salibandyä, rullaluistelua ja paljon muuta!

Tapahtumassa voi kannustaa oman koulunsa oppilaita tanssikilpailun tiimellyksessä tai valita oman suosikki-

ryhmänsä. Aamupäivällä käydyin kilpailun voittajat on kaikilla mahdollisuus nähdä iltapäivällä. Tapahtuma päättyy bändin esitykseen, mutta bändi paljastetaan vasta myöhemmin. Opettajat voivat liikkua ja tavata toisensa Ope-maailmassa.

Osallistumismaksu päätapahtumaan klubikoululaisilta on 12/18 euroa per oppilas, mikäli ilmoittautuminen ja maksu suoritetaan 23.4. mennessä. Tämän jälkeen 17.5. asti voi klubilainen ilmoittautua mukaan 14/20 euroa per oppilas. Edellä mainituista hinnoista jälkimmäinen sisältää lounaan. Muiden kuin klubikoulujen oppilailta osallistumismaksu on 14/20 euroa per oppilas 10.5. asti. Ennakoilmoittautumisten jälkeen lipun saa paikan päältä 15 eurolla. Opettajat pääsevät maksutta mukaan oppilasryhmän kanssa.

[www.kll.fi/powermover](http://www.kll.fi/powermover)

Lisätietoja: Terho Tomperi, kehittäispäällikkö, p. 0207 964 462, [terho.tomperi@kll.fi](mailto:terho.tomperi@kll.fi)

# Kesälomalle Kesäpäivien kautta!

Koululiikuntaliiton perinteiset Opettajien Kesäpäivät vietetään tänä vuonna Nastolassa liikuntakeskus Pajulahdessa. Ohjelmassa on kilpailulajeja, mutta myös paljon harrastusmahdollisuuksia.



Pajulahti tarjoaa Kesäpäiville 15.–17.6. loistavan monipuoliset puitteet niin urheilullisessa mielessä kuin upean luonnonläheisen sijaintinsa puolesta. Keskeinen sijainti vain 1-3 tunnin matkan päässä Etelä- ja Keski-Suomen suurimmista kaupungeista jättää Kesäpäivien vieraille enemmän aikaa sille tärkeimmälle – yhdessäololle!

Lajitarjonta on vertaansa vailla: golf, tennis, beachvolley, suunnistus, uinti, yleisurheilu, saappaanheitto, maastojuoksu, melonta (kaksikko), tikkakisa ja kilpailulajien kruununa mölky - Päijät-Hämeen oma palikkatason seurapeli kaikenikäisille!



## Kuka on vuoden TeräsOpe?

Pajulahden omassa teräsmieskisassa Pajutlonissa jaetaan tänä vuonna TeräsOpe- ja TeräsOpettajatar-tittelit. Ota haaste vastaan ja haasta työkaverisi mukaan!

Pajutlon koostuu 200 m järviuinnista (tyyli vapaa), 6 km pyöräilystä perinteisillä Aino- ja Oiva-pyörillä ja 1,5 km maastojuoksusta. Tässä on kilpailu ”tosimiehille ja -naisille”.

## Mistä on pienet tytöt ja pojat tehty?

Hyödynnä mahdollisuus ja vieraile testiasemallamme. Inbody-kehonkoostumusmittaus kertoo mistä on pienet ja vähän isommatkin tytöt ja pojat tehty. Polar Body Age -kehon ikä -määritys kertoo kehosi todellisen iän ja antaa ohjeet nuortumiseen!

Harrastelajeina on tarjolla mm. jousiammuntaa, keho-mieli-rentous-harjoituksia, Giraykuula ja koulupainia, itsepuolustustaitoja Arto ”Tintti” Raekorven opastuksella.

Iltajuhlissa rento meininki The Beatles Story Bandin johdolla. The Beatles Story täytti Lahden Kaupunginteatterin katsomot täyteen illasta toiseen. Bändi on aivan mahtava!

Rennon iltajuhlan onnistuminen on siis siltä osin taattu – olethan sinäkin mukana?



**Majoitusvaraukset 31.3. mennessä suoraan Pajulahdesta. Ilmoittautuminen lajeihin viimeistään 21.5. mennessä.**

**Lisätietoja [www.kll.fi](http://www.kll.fi) ja [www.pajulahti.com](http://www.pajulahti.com)**

## Lisätietoja:

Liikuntakeskus Pajulahti  
Liikuntapalvelupäällikkö Nina Tohkanen  
p. (03) 8855 360  
[nina.tohkanen@pajulahti.com](mailto:nina.tohkanen@pajulahti.com)

Koululiikuntaliitto  
Liikuntakoordinaattori Jani Kangasniemi  
p. 0207 9644 63  
[jani.kangasniemi@kll.fi](mailto:jani.kangasniemi@kll.fi)



# Tanssiva kerholainen DVD

ilmestyy tammikuussa 2010.

Se on ilmainen ja postitetaan ala- ja yläkouluille!

■ Koululiikuntaliiton kerhomateriaali saa täydennystä tammikuussa ilmestyvästä dvd:stä, joka antaa eväitä tanssin ja rytmiikan kerhotunneille. Kaikkiin peruskouluihin postitettava dvd on kouluille maksuton. Koululiikuntaliiton aiemmin tekemistä kerhomateriaaleista on voinut tilata kouluille lisäkappaleita, mutta tulevasta dvd:stä ei lisäkappaleita toimiteta.

Tanssin ja rytmiikan opettamiseen tehty materiaali antaa opettajalle selkeitä malleja ja ohjeita tuntien toteutukseen. Opetuksessa edetään helpoista liikkeistä vaativampiin tanssiliikkeisiin. Mukana ovat myös tärkeät alkuverryttely- ja loppuveryyttelyosiot. Osittain tutuilla musiikkivalinnoilla edetään eri tanssilajien rytmeillä eteenpäin. Dvd:llä opettajina toimivat Minni Arposuo ja Jari Karttunen.

Koululiikuntaliiton tavoitteena on saada Dvd:n avulla mahdollisimman moni opettaja kiinnostumaan rytmiikan ja tanssin opetuksesta helpoilla ja innostavilla malleilla. Dvd:llä liikutaan diskon, jazz-, show- ja nykytanssin kautta eri rytmeillä liikkuviin tanssikuvioidiin. Musiikkina on käytetty enimmäkseen kotimaista tuotantoa. Erillistä musiikkia cd:llä pakettiin ei sisälly.



## Tilaa liikuntakerhovihko!

### Palloilua kerhoissa

Vauhdikas Pallopelejä ja pelisovelluksia -vihko on ilmestynyt sekä suomeksi että ruotsiksi. Kaikille kouluille on lähetty ilmainen näyttekappale. Vihkoja voi tilata lisää osoitteesta [kll@kll.fi](mailto:kll@kll.fi).

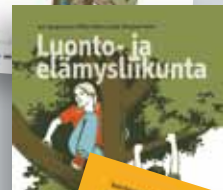
Vihko tarjoaa tukimateriaalia, jonka avulla kerhonojajaajat pystyvät soveltamaan pallopelejä kaikille kerholaisille sopiviksi. Vihkossa on runsaasti harjoituksia palloilun perustaitojen harjoitteluun ja hyväksi koettuja pelisovelluksia. Liikuntavihkossa esitetyjä pelejä voidaan pelata niin liikuntasalissa kuin ulkona. Pelit ovat helposti sovellettavissa myös jäätai vesipeleiksi.

Kun pallopelejä pelataan sovelletuilla säännöillä ja välineillä, peleihin voivat osallistua kaikki lapset kyvyistään ja ominaisuuksistaan riippumatta. Tarkoituksenmukaisesti sovelletussa pelissä taitoerot tasoittuvat: harjoitusta saavat niin taitavat palloilijat kuin taidoiltaan harjaantumattomat pelaajat. Kaikki voivat pelata yhdessä, kehittyä ja kokea liikunnan iloa ja onnistumisia.

**uutuus!**

Ilmaiset liikuntakerhovihkot nyt tilattavissa opettajien käyttöön Koululiikuntaliitosta. Lähetä postia [kll@kll.fi](mailto:kll@kll.fi).

Lisätietoja [www.kll.fi/liikuntakerhovihkot](http://www.kll.fi/liikuntakerhovihkot)



# Kalenteri pety ajan tasalla

Kilpailu-  
kutsut ja  
lisätietoja  
Internetistä  
[www.kll.fi](http://www.kll.fi)

## Opettajien tapahtumat ja kilpailut

Yhteyshenkilö Jani Kangasniemi liikuntakoordinaattori p. 0207 964 463 jani.kangasniemi@kll.fi	Talvipäivät	Lohja	5.-7.2.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Lentopallo, ope-300	Lohja	5.-7.2.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Lentopallo, sekasarja	Lohja	5.-7.2.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Sekasähly	Lohja	5.-7.2.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Kaukalopallo B-sarja	Lohja	5.-7.2.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Kuntokampanja		viikot 8-11	www.kll.fi/kuntokampanja
	Kaukalopallo A-sarja	Rauma	10.-11.4.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Kaukalopallo Veteraanisarja	Varkaus	13.-14.2.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Sulkapallo	Vantaa, Tikkurila	17.-18.4.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut
	Kesäpäivät	Nastola, Pajulahti	15.-17.6.2010	www.kll.fi/kesapaivat
	Sopulivaellus		25.-30.7.2010	www.kll.fi/sopulivaellus
	Jalkapallo	Kangasala	4.-5.9.2010	www.kll.fi/opettajat/kutsut

## Oppilaiden tapahtumat ja kilpailut

Yhteyshenkilö Terho Tomperi kehittämispäällikkö p. 0207 964 462 terho.tomperi@kll.fi	Maastohiihto	Seinäjoki	6.-7.3.2010	www.kll.fi/oppilaat/kutsut
	Kreikkalais-roomalainen paini	Lahti	22.-23.5.2010	www.kll.fi/oppilaat/kutsut
	Power Mover	Helsinki, jäähalli	2.6.2010	www.kll.fi/powermover
	Power Mover -aluetapahtuma	Turku, Relax-tapahtuma	3.6.2010	www.kll.fi/powermover
	Suunnistus	Ikaalinen	27.-28.8.2010	www.kll.fi/oppilaat/kutsut
	Palloilusarjat			www.kll.fi/palloilusarjat
	Yleisurheilu	Lohja	11.-12.9.2010	www.kll.fi/oppilaat/kutsut

# NYT KUUNTELE MUA!

Lapsilla on oikeus leikkiin ja vapaa-aikaan sekä mielipiteiden ilmaisuun. Nämä oikeudet on kirjattu YK:n Lapsen oikeuksien sopimukseen, joka täytti viime marraskuussa 20 vuotta.



Kehitysyhteistyöjärjestö Plan Suomen julkaisema Nyt kuuntele mua! -nimilaulu villitsi Koululiikuntaliiton viimekeväässä Power Mover -tanssi- ja liikuntatapahtumassa sadat ala- ja yläkoululaiset vaatimaan oikeuksiaan lanteet kieppuen. Tanssija, tanssinopettaja Marko Keräsen opettaman tanssin parhaat palat ovat mukana uudella Nyt kuuntele mua! -musiikkivideolla. Ympäri Suomea kuvatulla videolla nähdään lasten kirjoittamia mielipiteitä heille tärkeistä asioista sekä kuullaan Ville Pusan tulkitsema Nu lyssna på mej!

-kappale.

Plan ja Koululiikuntaliitto jatkavat yhteistyötään myös tämänvuotisessa Power Moverissa. Nyt kuuntele mua! -musiikkivideo on mukana Koululiikuntaliiton uudella Power Mover dvd:llä. Plan haluaa nostaa esiin sen, kuinka mielipiteitään voi ilmaista monin eri tavoin, ja kuinka samankaltaista lasten elämä on Suomessa ja kehitysmaissa.

Plan tuo toukokuun Power Mover -päätapahtumaan 2.6. nuorisolle tarkoitettua Turpa Auki -raploungea. Rennossa loungeissa nuoret voivat kirjoittaa omia rap-riimejä ja tanssia dj:n siivittämänä. Opettajien olohuoneessa esitellään syksyn 2010 aiheeseen liittyvä kansainvälinen lisyyskasvatuksen materiaalipaketti.

## PLAN SUOMI SÄÄTIÖN KIVIJALAT

Plan on kehitysyhteistyöjärjestö, joka parantaa pysyvästi kehitysmaiden lasten elämänlaatua. Plan tekee työtä lapsen oikeuksien toteutumiseksi tavalla, joka yhdistää ihmisiä yli kulttuurirajojen. [www.plan.fi](http://www.plan.fi)



## JUMPPAKOULU ASEMA ON LASTEN OMA VOIMISTELUKILPAILU

### Mitä ovat Jumppakoulu Asemat?

Asemat ovat lasten voimistelukilpailuja, joissa on vahva lapsilähtöinen perusta. Asemalla ei ole erillisiä ikäluokka- tai lajisarjoja, vaan mukaan voi tulla ihan jokainen, millä lajilla, ohjelmalla tai esityksellä tahansa. Ohjelmille ei myöskään ole asetettu erillisiä sääntöjä eikä pakollisia liikevaatimuksia, vaan arviointi pohjautuu perusvoimistelutaitoihin sekä koreografisissa esityksissä myös sommitteluun.

Kilpailupaikasta riippuen käytössä ovat telinevoimistelun yleisimmät telineet ja tila musiikin kanssa esitettävälle ohjelmille (esim. tanssi ja joukkuuvoimistelu). Telineet selviävät tarkemmasta kilpailukohtaisesta kutsusta.

### Ei tuomareita – ei pisteitä!

Asemalla ei ole tuomareita vaan arveja, jotka antavat suorituksesta kirjallisen palautteen perustuen perusvoimistelutaitoihin. Voimistelijoita ei laiteta paremmuusjärjestykseen, vaan jokainen saa palautetta oman taitotasonsa mukaisesti. Välittömästi esityksen jälkeen lapset menevät ”turvatyynyjen” luokse keskustelemaan omasta suorituksestaan. He saavat turvatyynyjen, turvallisten aikuisten, kanssa käydä oman suorituksensa onnistumiset ja kehityskohteet.

### Tilaa kiva Jumppakoulu – päivä koululle!

Voimisteluliitto on suunnitellut valmiin voimistelutunnin, joka koostuu leikkimielisestä lämmittelystä, perusvoimistelutaitojen harjoittelemisesta hausalla tavalla sekä luonnollisesti loppuvenyttelyistä. Oppilaat saavat muistoksi voimistelupassin, johon voivat merkitä tunnilla oppimansa taidot. Voimisteluliitto tarjoaa materiaalin ilman kustannuksia jäsenseuroilleen, jotka voivat tulla pitämään Jumppakoulu-päivän koululle ilmaiseksi. Tiedustele siis paikallisen voimisteluseuran mahdollisuutta tulla vierailulle Jumppakoulu-päivän merkeissä.

#### Lähimmän seuran löydät:

[www.svoli.fi/seurat/etsi\\_seura](http://www.svoli.fi/seurat/etsi_seura)

#### Lisätietoa kouluvoimistelusta:

katja.anoschkin@svoli.fi, p. (09) 5490 3321 tai  
tiina.saulila-puroaho@svoli.fi,  
p. (06) 420 3027.

### Touhuamisen Asema innostaa liikkumaan!

Kilpailuosuuden jälkeen voikin osallistua Touhuamisen Asemalle. Sinne on jokainen tervetullut voimistelemaan, tarjolla on vaihtelevia tehtäväratoja ja touhuamispisteitä. Touhuamisen Asemalle voi osallistua yksin tai yhdessä ja se tuo mukavan täydennyksen päivän voimistelusuorituksille.

### Lisätietoja Asemasta: [www.svoli.fi/lapset](http://www.svoli.fi/lapset)

#### Keväällä 2010 järjestettävät alakoulujen Asemat:

to 11.3.2010 Tampere, Varalan Urheiluopisto  
ke 14.4.2010 Rovaniemi, Lapin Urheiluopisto  
to 22.4.2010 Turku, Kupittaa Urheiluhalli

Tietoa tapahtumista ja ilmoittautumisohjeet päivitetään myöhemmin Svolin kouluvoimistelun sivuille:

[www.svoli.fi/lapset/kouluvoimistelu](http://www.svoli.fi/lapset/kouluvoimistelu)

# Laskettelun VESO -koulutukset 2010

## Koulutuspäivät ja -paikat

- 20.1.2010, Vuokatti
- 27.1.2010, Laajavuori
- 3.2.2010, Talma

Koulutuspäivän hinta on 50 €

Ilmoittautumiset: [www.ski.fi/veso](http://www.ski.fi/veso)

Lisää tietoa:

Suomen Hiihtokeskusyhdistys ry  
[shky@ski.fi](mailto:shky@ski.fi) tai 09-685 77 99

***Ski.fi***

LASKE ILO IRTI