

Perinteinen testipäivä VSVetU:n jäsenille 25.4.2022 Kupittaaan urheiluhallissa

Jälleen on mahdollisuus VSVetU:n jäsenille testata kuntonsa edulliseen jäsenhintaan. Käy varaamassa aika Kupittaaan urheiluhallissa. Lista on seuran kaapin ovelta. Kaappi sijaitsee katsomon alla olevassa käytävässä.

Testi sisältää testipaketin, jossa on kolme osaa.

Mitataan käden puristusvoima, kestävyyskunto Polarilin leposyketestillä ja kehonkoostumusmittaus. Näistä testeistä tietokoneohjelma laskee testihenkilön kehon kuntoindeksin. Jokainen testiin tuleva saa siitä tuloksen ja henkilökohtaisen palautteen välittömästi testin jälkeen.

Testiä varten jokaista testihenkilöä varten pitää varata 15 min. aika.

Testipaketin hinta on normaalisti 50 euroa. Yhteistyökumppanuuden ansiosta testin hinta seuramme jäsenille on ainoastaan 15,00 euroa.

Maksu otetaan mielellään käteisenä testauspaikalla.

Pidä kiirettä, 20 ensimmäistä mahtuu testipäivän aikatauluun.

Tiedustelut Raimo Koskela 0445242525 tai sähköpostilla raimo.koskela60@gmail.com

Oheisesta linkistä on tarkempaa tietoa testipaketista.

<http://www.liiku.fi/aikuisille/kuntotestauspalvelut/>