MAANPUOLUSTUSKOULUTUSYHDISTYS
FÖRSVARSUTBILDNINGSFÖRENINGEN

28.3.2024

Maakuntakomppanian kuntotesti (UKK / Cooper)

Esittely

Tavoite
Maakuntajoukkojen fyysisen kunnon testaus. Alle 45 vuotiaat suorittavat cooper-testin. 45 vuotta täyttäneet suorittavat UKK kävelytestin

Kenelle kurssi soveltuu
Maakuntakomppaniaan kuuluvat, kaikki asiasta kiinnostuneet

Koulutuspaikka
Seinäjoen keskuskenttä
Urheilupuisto 8 Seinäjoki