

Reserviläisen lihaskunto- ja kestävyystestit

Esittely

Tavoite

Testata reserviläisen lihaskunto- ja kestävyystaso ja antaa heille palautetta ja harjoitusohjeita.

Kenelle kurssi soveltuu

Kaikille reserviläisille ja maanpuolustuksesta kiinnostuneille.

Koulutuspaikka

Santahamina, liikuntasali ja urheilukenttä
00860 Helsinki