

Suomen Painonnostoliitto ja Pohjois-Savon Liikunta järjestävät Painonnostotekniikka ja voimaharjoittelukoulutuksen 30.11. 2009 Kuopiossa. Kouluttajana Suomen Painonnostoliiton valmennus- ja koulutuspäällikkö Karoliina Lundahl.

*Koulutuksen hinta 35€/hlö (+laskutuslisä 2,50/lasku). Pohjois-Savon Liikunnan jäsenseurahinta 28€/hlö.*

[Lisätietoja Pohjois-Savon Liikunnan sivuilta.](#)