



## Mielikuvaharjoittelu kilpailemisen tukena

Pohjois-Suomen Ratsastusjaosto järjestää 31.3. Oulussa luennon osana psyykkisen valmennuksen projektia. Mielikuvaharjoittelusta kilpailemisen tukena tulee puhumaan urheilupsykologi Seppo Heino.

Paikka: Oulu, Hotelli-ravintola Lasaretti

Aika: 31.3.2012 klo 12.00-14.00

Luento on avoin kaikille aiheesta kiinnostuneille ja sopii niin kilpailijoille, valmentajille kuin ratsastajien vanhemmillekin. Viikonlopun aikana pidetään myös henkilökohtaiset keskustelut psyykkisen valmennuksen projektissa mukana oleville.

Ilmoittautumiset aluesihteerille 25.3. mennessä [emmi.kupiainen@ratsastus.fi](mailto:emmi.kupiainen@ratsastus.fi).

Luennon hinta on 40 € (sis. kahvin). Lasaretissa on mahdollisuus omakustanteiseen lounaaseen.

Maksuohjeet saat ilmoittautumisen jälkeen sähköpostilla.

Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen tulleissa peruutuksissa ei hyvitetä maksuja.

Tervetuloa!