

OHJELMA Kisakallio (E109)

- 9.00 – 9.30** **Jussi-Pekka Kinnunen, Taidon oppimisen asiantuntija, Kisakallion Urheiluopisto**
"Uusien liikuntataitojen oppiminen tukee motivaatiota"
- 10.00-10.30** **Asla Jääskeläinen, Kisakallio Health Skills mentori**
"Suunta ja tosisuunta - motivaation ylläpitäminen pitkässä juoksussa"
- 11.00-11.30** **Janna Saren, Kisakallio Health Skills mentori**
"Mistä motivaatio ruokavaliomuutokseen"
- 12.00-12.30** **Mikko Koskela, Coach4Pro**
"Teknologia motivoinnin apuna"
- 13.00-13.30** **Mika Valavuori, Testauksen asiantuntija, Kisakallion urheiluopisto**
"Testaus motivaation mahdollistajana"
- 14.00-14.30** **Anne Rikala, Valmennuksen kehittäjä, Kisakallion urheiluopisto**
"Suorituskykyä unesta"