

# Yleisurheiluvinkit opettajalle!

H-hetki on osa Suomen Urheiluliiton ja Hesburgerin kouluyleisurheilun yhteistyöohjelmaa.



Valmista  
opetusmateriaalia  
3.-6. lk  
opettajille



Liity  
mukaan:  
[www.h-hetki.net](http://www.h-hetki.net)



H-hetken  
kummiurheilijat  
näyttävät mallia!



Hyppää, heitä,  
juokse – pohja  
koululiikuntaan!

Lajitietoa  
ja koulutusta!

Tuntimalleja,  
ratoja, vinkkejä ja  
ohjeita kouluyleis-  
urheiluun!

Maksuton!

★ HESBURGER® ★

SUOMEN URHEILULIITTO



Muutokset esitteeseen mahdollisia. Päivitetty tieto löytyy aina osoitteesta [www.h-hetki.net](http://www.h-hetki.net).

[www.h-hetki.net](http://www.h-hetki.net)

H-hetki on eturivin  
paikka kouluyleis-  
urheilussa!

Liittymällä H-hetkeen saat:

- opettajan liittymislahjana Voitto Onninen -yleisurheiluratakortit ja yleisurheiluradan rakennuskortit (osa 2) sekä säilytysrenkaan kortteille
- oppilaiden liittymislahjana treeniivoittimet
- H-hetken ajankohtaisen, kouluyleisurheilua koskevan uutiskirjeen viisi kertaa lukukaudessa