

# Huolehditko riittävästi työntekijöidesi hyvinvoinnista?

Fyysisesti hyväkuntoinen työyhteisö on tutkitusti myös tuottava. Miten olet tukenut oman työyhteisösi liikuntaharrastuksia?

Espoon hiihtoseura on vuosien aikana liikuttanut pääkaupunkiseudun nuoria hiihtäjiä mm. hiihtokoulujen ja lastenhiihtojen avulla. Viime vuosina aikuishiihdon alueella on ollut kasvava kysyntä, johon EHS nyt vastaa TyKy hiihtopaketeilla. Espoon Hiihtoseura tarjoaa tulevana talvena tiimillesi, johtoryhmällesi tai vaikkapa asiakkaillesi hiihtoamun tai -iltapäivän, jonka aikana ammattivalmentajan avulla läpikäydään perinteisen- tai luisteluhiihdon tekniikkaa.

Ryhmäkoko on 10 henkilöä ja paketti sisältää 2 tunnin tekniikkaharjoituksen valitulla hiihtotyylillä. Voitte aloittaa työpäivän hiihdolla heti kello 8 jälkeen, tai ajoittaa harjoituksen iltapäivään niin, että harjoitus päättyy viimeistään kello 17.



**Peruspaketin** hinta on 350 euroa. Jos haluatte 2 x 2 h, hinta on 500 euroa. Hiihtäjillä on omat varusteet.

**Highend paketissa** harjoitus on samanlainen, mutta pakettiin kuuluvat ammattilaisen jokaiselle osallistujalle käsin valitsevat sukset, sauvat ja monot. Tämän paketin hinta riippuu varusteiden hintakategoriasta.

Laadimme mielellämme myös yksilöllisten tarpeiden mukaisia **yrityspaketteja**. Ota yhteyttä, niin räätälöidään yhdessä teille sopiva ratkaisu.



ESPOON HIIHTOSEURA RY

Tiedustelut:  
EHSTYKY@espoonhiihtoseura.fi  
tai Patrik Ehrnrooth 050-5060732