

**Kestävyytalli
kuntoilijoille**

TT TALLI



**Perustava
kokoontuminen
23.5.2013**

28.7.2021

TT TALLI

TT TALLI

Toiminnan perusidea ja ajatus:

- * **Kestävyysurheilutalli tavallisille kilpakuntoilijoille**
- * **Ei rekisteröity yhdistys**
- * **Perustuu aktiiviseen osallistumiseen kilpakuntoilutapahtumiin omaehtoisesti**
- * **Pyrkii parantamaan osallistumismahdollisuuksia kaikkiin kilpakuntoilutapahtumiin tukemalla osallistumismaksuissa, kuljetuksissa ja varustehankinnoissa**
- * **Pyrkii kehittämään alueen kilpakuntoilijoiden yhteistoimintaa ja kannustaa liikkumaan ja pitämään terveyttä yllä myös vanhemmalla iällä**

Motto:

Liikkuva lapsi / nuori

=

liikkuva ja työkykyinen aikuinen

=

**hyvinvoiva ja omillaan
toimeentuleva ikäihminen**

Edut:

- **Jokainen säästää kuluja**
- **Osanottomaksut osittain tallin tukemia**
- **Varustehankinnat osittain tallin tukemia**
- **Matkakustannukset ja- suunnitelmat helpottuvat (esim. vuokra –auto)**
- **Saadaan alueen kaikki kestävyyskuntoilijat saman nimen alle**
- **Siitä huolimatta jokainen voi harrastaa edelleen yksinään tai seurassa**

Tapahtuma esimerkkejä:

- **Pyöräilytapahtuma 1.5-3h**
- **Hiihtotapahtuma 3-6h**
- **Rullaluistelutapahtuma 1.30-3h**
- **Juoksutapahtuma 1- 1.30h**
- **Triathlonitapahtuma 1-3h**
- **Suunnistustapahtuma 1.30-3h**
- **Soutu / melontatapahtuma 2-4h**
- **Muu kuntotapahtuma (extreme) 2h-6h**



Tapahtuma esimerkkejä:

- **Pirkan hiihto, -pyöräily, -soutu tai -hölkkä**
- **Finlandia hiihto**
- **Pogostan hiihto**
- **Vuokatti hiihto**
- **Lapponia hiihto**
- **Suvi-illan maraton**
- **Kaksikerran lenkki (rullaluistelu)**
- **Finlandia maastopyöräily**
- **Helsinki City Maraton tai puolimaraton**
- **Paavo Nurmi maraton tai puolimaraton**
- **Kalevan Kierroksen soutu, luistelu, hiihto, pyöräily, maraton, suunnistus**
- **Tukholman Maraton**
- **Tour de Helsinki**
- **Giro de Espoo**
- **Yyterin piikki**
- **Ruisrääkki**
- **Joroisten Teräsmieskilpailu**
- **Ym.**



Lopuksi

1. Ei mitään ikärajoja
2. Ei tasovaatimuksia
3. Ei mitään sukupuolirajoja
4. Lajivalinta vapaa >>> **KESTÄVYYSLAJI**
5. Linkkejä
<http://www.ttlehtonen.fi>



Tallin toimintaa ylläpitää ja koordinoi yhtenä tasavertaisena jäsenenä:

Timo Lehtonen

0449841607

ttlehtonen61@gmail.com

Kuvia tempauksista ja tapahtumista vuosien varrelta



28.7.2021

TT TALLI