

Hei, kaikki A-killat!

Kävelyfutis on jalkapallon pohjalta kehitetty matalan kynnyksen joukkuelaji. Keskeisin ero jalkapalloon verrattuna on se, että kävelyfutiksessa juokseminen on kokonaan kielletty.

Tämän ansiosta loukkaantumisriski ja fyysiset vaatimukset ovat kävelyfutiksessa huomattavasti jalkapalloa matalammat ja lajin aloittaminen on mahdollista ilman aiempaa palloilukokemusta.

Tärkeintä kävelyfutiksessa ovat yhdessäolo ja peli-ilo.

Jo kymmenet sosiaali- ja terveysalan järjestöt ympäri Suomen järjestävät kävelyfutista. Kokemustemme ja tekemiemme kyselyiden perusteella kävelyfutis mm. lisää merkittävästi harrastajien merkityksellisyyden kokemusta, parantaa fyysistä ja psyykkistä vointia sekä vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Saavutettavuutensa ja matalan aloituskynnyksen ansiosta joukkue toiminnan käynnistäminen on **helppoa** eikä se vaadi aiempaa valmennus- tai joukkuepalloilukokemusta. Toimintamme on kaikille ilmaista ja avointa.

Jos teidän A-kiltanne haluaisi kokeilla kävelyfutista, voitte olla suoraan minuun yhteydessä.

Tarjoamme kaiken tarvittavan tuen lajin kokeilemiseksi ja oman joukkue- ja harjoitustoiminnan käynnistämiseksi. Jos toivotte, voin tulla myös paikan päälle teidän paikkakunnallenne perehdyttämään lajiin ja ohjaamaan ensimmäiset harjoitukset yhdessä kanssanne. Mukavaa kesän odotusta ja ollaan yhteyksissä!

Terveisin
Aapo Kotkavuori, hankepäällikkö
Kävelyfutis, Kukunori ry
aapo.kotkavuori@kukunori.fi
040 627 7044

Tekemämme lyhyen kävelyfutisdokumentin avulla voitte halutessanne tutustua lajiin tarkemmin: <https://www.youtube.com/watch?v=2OjYLcCPge0>