

## Löytöretki yrittäjien hyvinvoinnin ja kasvun polulle Etelä-Savossa- hanke suuntaa kohti Training Camp Talvea

Perttu Noponen

Löytöretki yrittäjien hyvinvoinnin ja kasvun polulle Etelä-Savossa- hanke suuntaa sitkeästi ja sisukkaasti kohti Mikkelissä Kyyhkylän Wellbeing Resortissa 28. – 29.1.2023 järjestettävää Training Camp Talvea. Ilmoittautuminen Training Campille startataan joulukuun alussa, jolloin julkaistaan osallistujille myös leirin ohjelma. Ilmoittautuminen hankkeeseen on nyt päättynyt. Hankkeessa on mukana 107 eteläsavolaista yrittäjää, mikä on hieno määrä. Hyvä Etelä-Savo ja eteläsavolaiset yrittäjät!

Treeniringit eri paikkakunnilla pyörivät ryhmissä mallikkaasti uusien ohjaajien voimin. Savonlinnan ja Punkaharjun sekä Mikkelin ryhmissä treenirinkejä pyöritetään hankkeen projektipäälliköiden toimesta. Kangasniemelle, Sulkavalle, Puumalaan ja Pieksämäelle hankkeelle on kilpailutettu paikalliset liikunnanalan ammattilaiset ryhmiä ohjaamaan. Hieno porukka ohjaajia ja paikallista ammattitaitoa.

Tämän vuoden viimeiset kuntotestit toteutettiin 21.11. ja 22.11. Sulkavalla ja Puumalassa kyseisten paikkakuntien ryhmille. Keväällä yrittäjillä on mahdollisuus osallistua seurantamittauksiin, joita järjestetään eri paikkakunnilla. Hankkeen osallistajat voivat käydä testaukset tekemässä myös Tanhuvaaran Urheiluopistolla.

Yrittäjien arkea pyritään tukemaan jatkossakin kaikin tavoin. Itsensä johtamisen kolmen kuukauden verkkovalmennus on käynnissä halukkaille, ja Firstbeat Hyvinvointianalyysit jatkuvat. Etelä-Savon Yrittäjien ja Tanhuvaaran Urheiluopiston yhteishanke voi hyvin ja toivottaa terveisensä kaikille. Rimoja ylitellen, sitkeästi ja sisukkaasti!

