

PORVOON RESERVIUPSEERIKERHO - BORGÅ RESERVOFFICERSKLUBB r.y.  
11.5.2014

Piilojaketuna 151/212 jäsentä / Sidosryhmät 30  
Sp-tiedote 6/2014

PRUK ry

**Kerhon puheenjohtaja:**

Erkki Naumanen

puh.044 3508 928

erkki.naumanen[at]kolumbus.fi

**Sihteeri:**

Juha Liukkonen

puh.050 4584 864

juha.liukkonen[at]nesteoil.com

[www.pruk.fi](http://www.pruk.fi) [FACEBOOK >>](#)

seuraa ilmoittelua sivuiltamme!

Arvoisat Jäsenet ja Hyvät Yhteistyökumppanit

## Ajankohtaisia asioita:

### 13.5. TKKK:n seuraava luento:

Tiistaina 13.5.2014 klo 19:00 alkaen on Taistelukoululla Tuusulassa

mielenkiintoinen esitelmä:

kap Jarmo Puistovirta: "Etelä-Suomen Sotilasläänin pilottihanke reserviläisille"

### 18.5. Kaatuneiden muistopäivä

Kaatuneiden muistopäivä 18.5 – seppeleenlaskutilaisuus klo 13.30 Sankarihautausmaalla

Tarvitaan mm. lipunkantajia ja lippuvartiomiehiä yhteensä 6-7 henkilöä. Tilaisuudessa voi käyttää sotilaspukua (lippuvartio ja tilaisuuden johtaja mielellään sotilaspukuisia).

Tiettävästi kahvitilaisuus järjestetään.

Lähin kirkollinen tapahtuma järjestetään Pukkilassa: Sotaveteraanien kirkkoilta klo17, järjestyksessään 40.

#### Lisätietoja ja ilmoittautumiset:

**Mats Blomberg 040 557 6626**

**mats.blomberg[at]porvoo.fi**

### 3.6. / 27.8. Kuntotestit Porvoossa

Kerhomme kannustaa kaikkia jäseniään liikkumaan ja toivoo osallistamaan kenttäkelpoisuutta osoittaviin tapahtumiin.

Hyvä fyysinen kunto on edellytys myös henkiselle jaksamiselle ja edesauttaa jokaisen hyvinvointia.

Reserviläisen kenttäkelpoisuus on hyvä osoittaa vaikkapa kerran vuodessa ja nyt se on mahdollista myös Porvoossa.

Kenttäkelpoisuuden voi osoittaa suoritetuksi marsseilla ja nyt yhteistyössä Itä-Uudenmaan

Maakuntakomppanian kanssa järjestämillämme kuntotestauksilla.

Kuntotestaukseen sisältyy Cooperin testi sekä lihaskuntotesti.

## **KUNTOTESTIT PORVOOSSA SEURAAVASTI:**

Fyysisen kunnon ja kenttäkelpoisuuden testaus, kohderyhmänä kaikki kuntonsa testaamisesta kiinnostuneet Porvoon Reserviupseerikerhon jäsenet sekä Itä-Uudenmaan Maakuntakomppania jäsenet + muut reserviläiset.

Paikka:

**Hamarin kenttä**

Aika:

**Tiistai 3.6.2014 klo18:00 -**

**Keskiviikko 27.8.2014 klo18:00 -**

Sisältö:

**Lihaskuntotesti (vauhditon pituus/istumaan nousu/etunojapunnerrus)**

**Cooperin testi (12min juoksu)**

Ilmoittautuminen:

**Testiin voi tulla myös ilmoittautumatta, mutta ennakoilmoittautuminen alla oleviin yhteystietoihin on suotavaa.**

Kapteeni Petri Reponen (IUUMAAKK:n päällikkö) [petri.reponen@live.com](mailto:petri.reponen@live.com)

Yliluutnantti Erkki Naumanen (PRUK ry:n puheenjohtaja) [erkki.naumanen@kolumbus.fi](mailto:erkki.naumanen@kolumbus.fi)

**Reserviupseeriliitto on muistanut PRUK ry:tä kunniakirjoin ja palkkioin.**

Nämä kunniakirjat/ palkkiot ovat niin hallitukselle kuin kaikille kerholaisille tunnustuksena aktiivisesta ja tehokkaasta toiminnasta sekä kannustimena jatkaa edistyksellistä työtä perinteikkään kerhomme hyväksi!

Yhdessä me teemme erinomaista tulosta!

**KUNNIAKIRJAT 2kpl**

**PORVOON RESERVIUPSEERIKERHO**

- Innostavasta ja tuloksellisesta reserviupseeritoiminnasta v.2013
- Tuloksellisesta jäsenhankinnasta v.2013

Toimintapalkkion ja jäsenhankintapalkkion myöntäjä:

**SUOMEN RESERVIUPSEERILIITTO**

Mikko Halkilahti                      Janne Kosonen

Puheenjohtaja                      Toiminnanjohtaja

Maanpuolustusterveisin,

Juha Liukkonen

Pruk ry sihteeri, p. 050 4584 864