

# Näin valmistaudut Ylläs–Levi-hiihtoon

*Kuukkel kysyi personal trainerilta vinkkejä pitkään hiihtoon valmistautumiseen.*



## Liikunta-alan ammattilainen

Juuso Laitinen on 31-vuotias liikunta-alan yrittäjä. Hän on koulutukseltaan liikunnanohjaaja (AMK). Laitisen As-lakin liike -kuntosaliyitys on toiminut reilun kuuden vuoden ajan Kittilän keskustassa. Laitinen on aktiivinen hiihdon ja triathlonin harrastaja.