



Sporttileiri 2020

Tervetuloa mukaan Järvenpään Voimistelijoiden vuosina 2009-2013- syntyneiden Sporttileirille!

Mukaan leirille mahtuu vielä, joten vinkkaathan kaverillekin! :D

LEIRI viikolla 23 ma 1.6.- pe 5.6.

AIKA: maanantaista perjantaihin klo 9.00-13.00

PAIKKA: ma Yhteiskoulun yläkoulu, ti-pe Yhteiskoulun alakoulu

Juholan ja Lepolan pihapiiri

PUHELIN: Jenna Marjakangas 045 78754703, ilmoitathan poissaolot tekstiviestillä klo 9.30 mennessä

Sporttileirillä tutustumme ilon kautta erilaisiin liikuntalajeihin sisällä ja ulkona ja välillä rauhoitumme kädentaitojen ja vapaan leikin pariin.

Leirin viimeinen peruutuspäivä on pe 29.5.2020!

Leirin hinta on 80 €/viikko ja se laskutetaan sähköpostitse ennen leirin alkamista. Jokaisella leiriläisellä tulee olla voimassaoleva tapaturmavakuutus. Mukaan leirille otetaan omat eväät ja liikunnallinen varustus.

Huomioithan, että lapsi pesee kätensä ennen, kuin saapuu leirille ja kotiin palatessaan. Kipeänä ei myöskään voi osallistua leirille. Toimimme [Järvenpään Liikuntapalveluiden](#) ja [Voimisteluliiton](#) ohjeistusten mukaisesti.

Ennen leirin alkua muodostamme leirin huoltajille tarkoitetun whatsapp-ryhmän, jossa tiedotetaan leiriviikon aikana tärkeistä asioista, kuten varusteista, ja jaetaan kuvia leiriltä.

Leirille saapuessa tavataan urheilukentän sisäänkäynnin edessä, tarkemman ohjeet jaetaan leiriryhmässä WhatsAppissa.

Ohjaajat

Jenna Marjakangas, apunaan Jenniina Korjus ja Oona Rinne

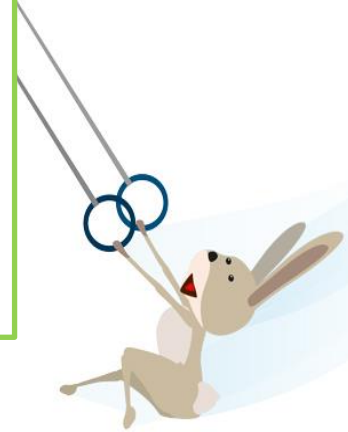




SPORTTILEIRI 2020

VARUSTEET PÄIVITTÄIN:

- vesipullo ja omat eväät joka päivä mukaan
- kassi, jossa vaihtovaatteita
- sisäliikuntaan soveltuvat vaatteet
- ulkoliikuntaan sopivat sään mukaiset vaatteet
- hyvät kengät juoksuun ja ulkoiluun
- hattu, aurinkolasit, tarvittaessa aurinkorasva
- sadevaatteet tarvittaessa



ALUSTAVA VIIKKO-OHJELMA:

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
KLO	Yhteiskoulu, Yläkoulu	Yhteiskoulu, Alakoulu	Yhteiskoulu, Alakoulu	Yhteiskoulu, Alakoulu	Yhteiskoulu, Alakoulu
9.00-9.30	Vapaa leikki	Vapaa leikki	Vapaa leikki	Vapaa leikki	Vapaa leikki
9.30-10.15	Tutustumista leiriläisiin ja leiripaikkaan	Retki rantapuistoon	Välinevoimistelua Naru, pallo, vanne ja nauha!	Retki rantapuistoon pallopelit	Leiri-olympialaiset
10.15-11.00	Pelit ja leikit	skuutti ja skeitti parkki / leikkipuisto			
11.00-11.45	Eväshetki ja vapaa leikki	Eväshetki ja vapaa leikki	Eväshetki ja vapaa leikki	Eväshetki ja vapaa leikki	Eväshetki ja vapaa leikki
11.45-12.15	Akrobatiaa ja telinevoimistelua	Askartelu/ muu ohjattu toiminta	Askartelu/ muu ohjattu toiminta	Askartelu/ muu ohjattu toiminta	Pihapelit
12.15-13.00	Tanssit	Parkour ja freerunning	Kuva-suunnistus	Temppurata	Leirin päätösjuhla



SPORTTILEIRI 2020

Tervetuloa mukaan aloittamaan kiva liikunnallinen kesäloma Sporttileirille!

Mikäli teillä on kysyttävää, vastaan mielelläni.

Koko leiritiimin puolesta

Jenna Marjakangas

Lasten ja nuorten harrasteliikunnan vastuuvallmentaja

Järvenpään Voimistelijat JäV ry

lapset@voimistelijat.com

www.voimistelijat.com

045 7875 4703



HARRASTUS SYKSYKSI?

ILMOITTAUDU MUKAAN JÄRVENPÄÄN VOIMISTELIJOIDEN RYHMIIN!

WWW.VOIMISTELIJAT.COM