

## Tanssillisen voimistelun ja joukkuevoimistelun voimistelijan polku

ikä vuosina	Tanssillinen voimistelu	Joukkuevoimistelu		
<b>3</b>	Esivalmennus M-ryhmät 1 x/vko (näytökset)			
<b>4-5</b>	Esivalmennus M-ryhmät 1 x/vko (näytökset)			
<b>5-6</b>	Esivalmennus M-ryhmät 1 x/vko (stara ja näytökset)			
<b>7-8</b>	Valmennusryhmät	Minivalmennus M-ryhmät 1 x/vko (stara ja näytökset)		Valmennusryhmät
		Minivalmennus jatkoryhmä 1 tai 2 x/vko (stara ja näytökset)		
<b>8-10</b>	Valmennusryhmät	Minivalmennus M-ryhmät 1 x/vko (stara ja näytökset)		Valmennusryhmät
		Minivalmennus jatkoryhmä 1 tai 2 x/vko (stara ja näytökset)		
<b>10-12</b>	Valmennusryhmät	Minivalmennus M-ryhmät 1 x/vko (stara ja näytökset)		Valmennusryhmät
<b>yli 12</b>	Valmennusryhmät JÄV 12-15 16-19 yli 20 yli 40	Valmennusryhmät JÄV HARRASTESARJA 12-14 14-16 yli 16	Valmennusryhmät JÄV/HJM KILPASARJA 12-14 14-16 16-20 yli 18	Valmennusryhmät HJM SM-SARJA 12-14 14-16 yli 16

