

LUE HUOLELLA! NÄYTÖSHARJOITUKSET ALKAVAT VIIKOLLA 20! NORMAALIT HARRASTERYHMIEN HARJOITUKSET LOPPUVAT 14.5!

Aikamatkalla - Voimisteluseura Keski-Uusimaa 25-vuotta juhlanäytös

Kevätnäytökset Tuusulan Veskuhallilla (Kilpailukuja 4a) maanantaina 22.5.2023 klo 17.00-18.30 ja klo 19-20.30 sekä keskiviikkona 24.5.2023 klo 17.00-18.30 ja klo 19-20.30

Pian päästään juhlimaan seuran 25-vuotista taivalta kevätnäytöksen merkeissä. Näytöksessä päästään aikamatkalle seuran historiaan.

Muista varata paikkasi katsomaan huikkea näytöstä ajoissa! Lipunmyynti näytöksiin tapahtuu ensisijaisesti verkossa. Jäljelle jääneet liput myydään näytöspäivänä ovelta. Lippuja on rajallinen määrä. Liput näytöksiin löydät myclubin [verkkokaupasta](#).

Lippujen hinnat:

Aikuinen 10€

Lapsi 5€

(pienet lapset ja vauvat ilman varattua istumapaikkaa ilmaiseksi)

Yläkatsomo/parvipaikka 15€

ESIINTYMISJÄRJESTYS, AIHEET JA ESIINTYMISASU

Aiheet esiintymisjärjestyksessä	Maanantain näytökset	Esiintymisasu maanantai	Keskiviikon näytökset	Esiintymisasu keskiviikko
Muutto Veskuhalliin	Turbot (voimistelu & parkour) su & ma ryhmät sekä perhevoimistelu su	Lippis, yksivärinen T-paita, siniset tai mustat pitkät housut ja henkselit jos löytyy. Pitkät hiukset yhdellä pompulalla.	Turbot (voimistelu & parkour) ke & to ryhmät sekä perhevoimistelu la	Lippis, yksivärinen T-paita, siniset tai mustat pitkät housut ja henkselit jos löytyy. Pitkät hiukset yhdellä pompulalla.
Tähtiseuralisenssi	Alkeet tytöt su & ma ryhmät	Voimistelupuku (jos löytyy) / voimistelun harjoitteluasu	Alkeet tytöt ti & to ryhmät	Voimistelupuku (jos löytyy) / voimistelun harjoitteluasu
Hulivilipäivät	Jatko tytöt	Värillinen paita., harjoituksissa sovitaan kuka pitää mitäkin väriä. Mustat pitkät housut / shortsit	Jatko junior tytöt & pojat	Värillinen paita., harjoituksissa sovitaan kuka pitää mitäkin väriä. Mustat pitkät housut / shortsit
Parkour mukaan toimintaan	Parkour alkeet vanhemmat, taito & kehitys sekä taitomasters pojat & kundit	Sovitaan harjoituksissa	Parkour alkeet nuoremmat ja jatko sekä telinevoimistelu alkeisjatko & taito	Sovitaan harjoituksissa

			pojat	
Syntymäpäivät Veskulassa	Kilpa 2, Kilpa 3 & Esikilpa	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa	Kilpa 2, Kilpa 3 & Esikilpa	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa
Talkoot	Piironen turbot, alkeet & jatko	Musta asu: mustat housut ja paita, päällä huomioliivi	Piironen kehitys, taito & akro	Musta asu: mustat housut ja paita, päällä huomioliivi
Sm-kisat Järvenpäässä	MJ 1, MJ 2 & Kilpa 1	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa	MJ 1, MJ 2 & Kilpa 1	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa
Veskulan laajennus	Taitotytöt vanhemmat & akro Tuusula	Huppari, (toppi jos haluaa ottaa hupparin pois), mustat pitkät housut tai trikoot, hiukset korkealla ponnarilla.	Taitomasters tytöt & kimmat & aikuiset	Lippis, löysä yksivärinen paita, mustat shortsit tai housut.
Trampoliinivoimistelun PM	Kehitys tytöt nuoremmat	Sininen toppi, mustat pitkät trikoot tai shortsit, hiukset saparoilla, joista letit.	Kehitys tytöt vanhemmat & taitotytöt nuoremmat	Sovitaan harjoituksissa
TeamGym mukaan	TG 1, Rockets & TG kilpaharraste	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa	TG 1, Rockets & TG kilpaharraste	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa
Vuoden voimisteluseura	Tk 1 & Tk 2	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa	Tk 1 & Tk 2	Ilmoitetaan ryhmän omissa viestintäkanavissa
Seuran perustaminen	Ohjaajat	Vanha seura-asu	Ohjaajat	Vanha seura-asu

Väliaika talkoot esityksen jälkeen.

KÄYTÄNNÖN OHJEITA HARJOITUKSIIN, KENRAALIIN JA NÄYTÖKSIIN

Harjoituksiin tullaan paikalle niin kuin tultaisiin normaaleihinkin harjoituksiin. Harjoituksissa ryhmiä ohjaavat pääsääntöisesti kaudella ryhmiä ohjanneet ohjaajat. Harjoituksiin voi tulla ilman esiintymisvaatteitakin, mutta esiintymisvaatteet on hyvä testata myös harjoituksissa. Jos esiintyvä voimistelija pääsee vain toiseen näytökseen ilmoittakaa tästä näytösharjoituksissa.

Kenraaliin tullaan oman ryhmän harjoitusvuorolla. Kenraalissa tulee olla päällä esiintymisasu. Näytös harjoitellaan kilpasalissa (A), sininen puoli. Lapsia ollaan vastassa pukuhuoneiden edessä. Oman kenraalin jälkeen voi heti lähteä kotiin. Nuorimpien

voimistelijoiden kanssa käymme tarkistamassa kenraalin yhteydessä paikan, jossa lapset odottavat omaa esiintymisvuoroaan ja katselevat esitystä.

Näytöksessä lapsia ja nuoria tullaan vastaan samassa paikassa kuin kenraalissakin. Esiintyjät vievät vaatteensa ja tavaransa pikkusaliin (C), takana oleva sininen sali.

Näytöksissä tulee olla paikalla 16:30! Ennen väliaikaa esiintyvät lämmittelevät ensimmäisessä esityksessä n. klo 16:40-16:50 ja toisessa n. klo 18:40-18:50. Väliajan jälkeen esiintyvät lämmittelevät n. klo 17:50-18 ja toisessa n. klo 19:50-20. Ennen omaa esiintymisvuoroa ja muiden esiintymisvuorojen aikana esiintyjät seuraavat esitystä punaisten nojapuiden vieressä ja volttiradan takana olevalla puomialueella. Ohjaajat, jotka ovat olleet mukana näytösharjoituksissa ovat lasten ja nuorten vieressä seuraamassa esitystä. Nuorimmat voimistelijat voivat mennä seuraamaan esitystä ensimmäisen puoliajan jälkeen yleisöön oman vanhemman syliin. Lapsia voi tulla vastaan vihreän seinän viereen korkeiden renkaiden läheisyyteen. Nuorimmat voivat lähteä tarvittaessa toisesta esityksestä heti oman esityksen jälkeen kotiin. Tällöin vanhempi odottaa lastaan harrastesalissa (B), punainen sali. Jokaiseen esitykseen on varattu n. 5 minuuttia.

KOOSTE VIIKON 20 HARRASTERYHMIEN NÄYTÖSHARJOITUSAJOISTA:

Harrasteryhmien harjoitusajat löytyvät myös **myclubista**. Kilparyhmät harjoittelevat esitystä omissa harjoituksissaan tai harjoitusajoista ilmoitetaan erikseen.

Maanantain 22.5 esiintyjät Tuusulan ryhmät:

HARRASTESALI (B)		
PVM	AIKA	RYHMÄ
MA 15.5. & KE 17.5.	16:30-17:30	TURBO (voimistelu & parkour) su & ma ryhmät sekä perhevoimistelu su
MA 15.5. & KE 17.5.	17:30-18:30	ALKEET su & ma ryhmät
MA 15.5. & KE 17.5.	18:30-19:30	JATKO
MA 15.5. & KE 17.5.	19:30-20:30	POJAT & PARKOUR VANHEMMAT
PE 19.5.	17-18	KEHITYS NUOREMMAT
PE 19.5.	18-19	TAITO VANHEMMAT & AKRO
KILPASALI (A)		
PVM	AIKA	RYHMÄ
MA 15.5. & KE 17.5.	18:30-19:30	KEHITYS NUOREMMAT
MA 15.5. & KE 17.5.	19:30-20:30	TAITO VANHEMMAT & AKRO

Maanantain 22.5 esiintyjät Piironen ryhmät:

PIIRONEN		
PVM	AIKA	RYHMÄ

MA 15.5.	18:30-19:30	TURBO, ALKEET & JATKO
TO 18.5.	17-18	TURBO, ALKEET & JATKO
LA 20.5.	10-11.	TURBO, ALKEET & JATKO

Maanantain 22.5 KENRAALIHARJOITUS sunnuntaina 21.5

KENRAALI SU 21.5.	
Veskuhalli	
AIKA	ESIINTYJÄ
14:30-15	TURBO
15-15:30	ALKEET
15:30-16	KEHITYS NUOREMMAT
16-16:30	JATKO
16:30-17	TAITOVANHEMMAT & AKRO
17-17:30	PIIRONEN
17:30-18	POJAT & PARKOUR VANHEMMAT
KILPARYHMIEN KENRAALIT ESITYSPÄIVÄNÄ MA 22.5.	
14:30-15	KILPA 2, KILPA 3 & ESIKILPA
15-15:30	MJ 2 & MJ 1
15:30-16	TK 1 & TK 2
16-16:30	TG JUNIORS, ROCKETS & TG KILPAHARRASTE

Keskiviikon 24.5 esiintyjät Tuusulan ryhmät:

HARRASTESALI (B)		
PVM	AIKA	RYHMÄ
TI 16.5. & SU 21.5.	16:30-17:30	TURBO (voimistelu & parkour) ke & to ryhmät sekä perhevoimistelu la
TI 16.5. & SU 21.5.	17:30-18:30	JATKO JUNIOR
TI 16.5. & SU 21.5.	18:30-19:30	POJAT & PARKOUR NUOREMMAT
PE 19.5.	19-20	KEHITYS VANHEMMAT & TAITO NUOREMMAT
PE 19.5.	20-21	TAITOMASTERS, KIMMAT & AIKUISET
KILPASALI (A)		
PVM	AIKA	RYHMÄ

TI 16.5. & SU 21.5.	18-19	ALKEET ti & to ryhmät
TI 16.5. & SU 21.5.	19-20	KEHITYS VANHEMMAT & TAITO NUOREMMAT
TI 16.5. & SU 21.5.	20-21	TAITOMASTERS, KIMMAT & AIKUISET

Keskiviikon 24.5 esiintyjät Piironen ryhmät:

PIIRONEN		
PVM	AIKA	RYHMÄ
MA 15.5.	19:30-20:30	KEHITYS, TAITO & AKRO
TO 18.5.	18-19	KEHITYS, TAITO & AKRO
LA 21.5.	11-12.	KEHITYS, TAITO & AKRO

Keskiviikon 24.5 KENRAALIHARJOITUS tiistaina 23.5

KENRAALI TI 23.5.	
Veskuhalli	
AIKA	ESIINTYJÄ
16:30-17	TURBO
17-17:30	JATKO JUNIOR
17:30-18	POJAT PARKOUR NUOREMMAT
18-18:30	PIIRONEN & AKRO
18:30-19	ALKEET
19-19:30	KEHITYS VANHEMMAT & TAITO NUOREMMAT
19:30-20	TAITOMASTERS, KIMMAT & AIKUISET

KILPARYHMIEN KENRAALI ESITYSPÄIVÄNÄ KE 24.5.	
14:30-15	KILPA 2, KILPA 3 & ESIKILPA
15-15:30	MJ 2 & MJ 1
15:30-16	TK 1 & TK 2
16-16:30	TG JUNIORS, ROCKETS & TG KILPAHARRASTE