

KAUSISUUNNITELMA

Ryhmän nimi, paikka ja aika: Liikuntaleikkikoulu, Karhunkorven koululla maanantaisin klo 17.15 - 18

Ohjaajat ja yhteystiedot: Nina Blom 045 698 3443 ja Nella Koponen

**26.8. Syyskauden ensimmäinen kerta,
tutustumista tilaan ja toisiimme**

Syyskuu

Eläimellistä menoa

Perusliikkeitä ja kehontuntemusta

Lokakuu

Taitavat tasapainoilijat

Tasapainoilua, kuperkeikkoja, kierimistä ja pyörimistä

7.10. Vanhempaintunti, aikuinen mukaan tunnille!

14.10 Syysloma, ei tuntia!

Marraskuu

Sirkus saapuu jumppasaliin

Roikkumista, temppuja, palloja

2.12. Syyskauden viimeinen kerta, tonttujen temppujumppaa. Tonttulakit päähän!

RYHMÄSSÄ HYVÄ MUISTAA:

- Tuothan lapsen tunneille ajoissa, jotta tunti pääsee alkamaan ajallaan. Olethan myös ajoissa paikalla tunnin päätyttyä.
 - Jumppatunnit sujuvat luontevammin, kun vanhemmat odottavat salin ulkopuolella/pukuhuoneessa.
 - Vessassa kannattaa käydä ennen jumpan alkua.
 - Jumppa-asuksi joustavat vaatteet (esim. sortsit ja t-paita tai jumppapuku). Tunneilla ollaan paljain jaloin tai tossuissa.
 - Ohjaajat vastaavat mielellään kysymyksiinne esim. tuntien sisällöstä.
 - Huom! Jumppaajia ei ole yhteisesti vakuutettu ryhmissä, joten huolehdiathan omasta vakuutusturvastasi. NuVolin kautta on mahdollisuus ostaa jumppaturvavakuutus 4,50€ hintaan. Jumppaturvavakuutus on Voimisteluliiton jäsenseuroille tarkoitettu vakuutus, joka on voimassa 1.9.2023-31.8.2024 välisen ajan. Vakuutuksen voi hankkia sivujen www.nuvoli.fi kautta tai soittamalla seurasihteerille p. 045 23 212 37