

Leiriohjelma 2026

(ohjelma on suuntaa antava ja muokkautuu leiriläisten mukaan)

Maanantai: nopeus ja startit

9:30-10:00 päivän avaus ja lämmittelyleikit
10:00-11:30 Pikajuoksu harjoitus
11:30-12:30 ruokatauko ja vapaa-aika
12:30-14:00 palloilua
14:00-14:45 leikit ja loppuverryttelyä
14:45-15:00 päivän koonti ja kotiinlähtö

Tiistai: hyppy ja kimmoisuus

9:30-10:00 päivän avaus ja lämmittelyleikit
10:00-11:30 pituushyppy ja korkeushyppy
11:30-12:30 ruokatauko ja vapaa-aika
12:30-14:00 palloilua
14:00-14:45 leikit ja loppuverryttelyä
14:45-15:00 päivän koonti ja kotiinlähtö

Keskiviikko: heitot ja tarkkuus

9:30-10:00 päivän avaus ja lämmittelyleikit
10:00-11:30 keihäs ja kuula
11:30-12:30 ruokatauko ja vapaa-aika
12:30-14:00 palloilua
14:00-14:45 leikit ja loppuverryttelyä
14:45-15:00 päivän koonti ja kotiinlähtö

Torstai: kestävyys ja viestit

9:30-10:00 päivän avaus ja lämmittelyleikit
10:00-11:30 aitajuoksu
11:30-12:30 ruokatauko ja vapaa-aika
12:30-14:00 palloilua
14:00-14:45 leikit ja loppuverryttelyä
14:45-15:00 päivän koonti ja kotiinlähtö

Perjantai: Stadion päivä Kirkonmäen kenttä

9:30-10:00 päivän avaus ja lämmittelyleikit
10:00-11:30 Leiriolympialaiset 60m, pituushyppy ja pallonheitto
11:30-12:30 ruokatauko ja vapaa-aika
12:30-14:45 leiriolympialaiset
14:45-15:00 päivän koonti ja kotiinlähtö