

## LAJITARJONTA SYKSY 2023- KEVÄT 2024

### Maanantai- yhteiskoulu

17:00-17:45 Taaperot	17:00-18:45 Teamgym valmennusryhmät
18:00-18:45 3- vuotiaat	18:50-20:00 Teamgym esivalmennus
19:00-19:45 6- vuotiaat	
20:00-22:00 Aikuiset omatoimitreenit	

### Tiistai -yhteiskoulu


	17:00-17:45 Naperoparkour 5-6v.
17:45-18:45 Lasten ja nuorten akrobatia 7-17v.	18:00-18:45 Juniorparkour 7-8v.
19:00-21:00 Aikuisen akroshow koreografia osallistujien tekemä	19:00-19:45 Junnuparkour 9-10v.
	20:00-21:00 Nuorisoparkour 11v.->
21:00-22:00 Aikuiset omatoimitreenit	


### Torstai- yhteiskoulu


17:00-17:45 5- vuotiaat	17:00-18:10 Teamgym esivalmennusryhmä
18:00-18:45 4- vuotiaat	18:15-19:45 Teamgym valmennusryhmät
19:00-20:00 Telinevoimistelun harrasteryhmä 7-17v.	
20:00-22:00 Aikuiset telinevoimistelu	

### Sunnuntai- yhteiskoulu

15:00-16:00 Voimistelun harraste 10v.->	15:00-16:15 Teamgym esivalmennusryhmä
16:15-17:15 Voimistelun harraste 8-9v.	16:20-18:20 Teamgym valmennusryhmät
17:30-18:30 Voimistelun harraste 7v.	
18:30-19:30 Oikeesti aikuiset	
18:45- 20:45 Aikuiset akrobatia	

 Harrasteryhmät, joihin voi ilmoittautua suoraan

 Aikuisen ryhmät, joihin voi ilmoittautua suoraan

 Teamgym esi- ja valmennusryhmiin valitaan voimistelijat erikseen.

Päävalmentaja tekee testit vähintään 2 kertaa vuodessa. Alaikäraja on 7.

Halukkuus testeihin ilmoitetaan harrasteryhmän ohjaajalle. Päävalmentaja voi myös itse ehdottaa siirtymistä.