

PERJANTAI

Kello		SALO-HALLI 1	SALO-HALLI 2	SALO-HALLI 3	JUOKSU-SUORA	TANSSI-SALI	KUNTO-SALI	KEILA-HALLI	URHEILU-TALO 1	URHEILU-TALO 2	URHEILU-TALO PEILISALI	TEKO-NURMI 1	TEKO-NURMI 2	NURMI (vara)	YU-STADION	TENNIS (massa)	PADEL-KENTÄT	UIMA-HALLI	JÄÄ-HALLI	GOLF-KENTÄ	FGOLF	SUUNNISTUS	LUENTO-SALI	
9.30–14.00	Ilmoittautuminen ja näyttelyt				Näyttelyt																			
10.00–10.30	Avajaiset+ palkitsemiset	Avajaiset			Näyttelyt																			
10.45–11.30	DEMO 1	Svingiä kouluun Tero Kokkonen	Salibandy Hannu Santanen	Ropeskiipping 1 Miriam Hägele/ Liisa Lappalainen	Näyttelyt	Tanssi Lattarit/ Afro Maria Härmä			Wanhat tanssit Karoliina Siimes		Total WorkOut Satu-Marja Lassila	Jalkapallo Jukka Tahja	Baseball5 Saarman & Jones						Jääkiekko Tom Koivisto	Golf Ebi Kettunen	Frisbeegolf liiton aluekouluttaja		Move!-polut johdattavat mittauksista toimenpiteisiin	
11.00–13.30		LOUNAS																						
13.30–14.30	DEMO 2	Baseball5 Saarman & Jones	Salibandy Hannu Santanen	Ropeskiipping 2+Polar Jutta Joelson	Näyttelyt	Tanssi Lattarit/ Afro Maria Härmä			Wanhat tanssit Karoliina Siimes			Jalkapallo Jukka Tahja	Lacrosse Suvi Onne					Vesipelit Essi Kuivalainen	Jääkiekko Tom Koivisto	Golf Ebi Kettunen	Frisbeegolf liiton aluekouluttaja	Suunnistus Anu Reiman	Lukion liikunnan ajankohtaiset Matti Pietilä	
14.45–15.45	DEMO 3	Kamppailu Jani Heiskanen	Futsal Palloliitto	Cheerleading Jenni Salomäki		Pilates Jenni Luodes			Dance 1 Jessi Rousku		Total WorkOut Satu-Marja Lassila	TeamUP Pauliina Miettinen	Lippupallo Jenna Hautamäki					Uinti Essi Kuivalainen	Muodostelma-luistelu Aliisa Wahlsten				Erasmus+ sport Kasper Salin	
16.00–17.00	DEMO 4	Kamppailu Jani Heiskanen	Futsal Palloliitto	Cheerleading Jenni Salomäki		Pilates Jenni Luodes		Biljardi Kari Koivunen	Dance 2 Jessi Rousku			TeamUP Pauliina Miettinen	Lippupallo Jenna Hautamäki		Seiväshypyn alkeet Maija Haartela-Vuori			Uinti Essi Kuivalainen	Muodostelma-luistelu Aliisa Wahlsten			Suunnistus Anu Reiman	Seikkaile ja selviydy Juhani Metsäpelto	
16.30–18.15		PÄIVÄLLINEN																						
17.00–17.45	Höntsäpelit ja riitan rentoutus																							

= kuvattava demo

LAUANTAI

Kello		SALO-HALLI 1	SALO-HALLI 2	SALO-HALLI 3	JUOKSU-SUORA	TANSSI-SALI	KUNTO-SALI	KEILA-HALLI	URHEILU-TALO 1	URHEILU-TALO 2	URHEILU-TALO PEILISALI	TEKO-NURMI 1	TEKO-NURMI 2	NURMI (vara)	YU-STADION	TENNIS (massa)	PADEL-KENTÄT	UIMA-HALLI						
8.00–13.00	Ilmoittautuminen ja info auki																							
9.30–10.30	DEMO 1	Lentopallo Hanna Kanasuo & Mikko Esko	Movement Maria Härmä	Käsipallo Marianne Wolff		Jooga Jenni Luodes	Nuorten voimaharjoittelu Jesse Jokiniemi		Sulkapallo Juha-Pekka Hursti & Timo Koljonen		Dance 1 Jessi Rousku	Aussifutis Lassi Salakari / Jussi Laakkio	Svingiä kouluun Tero Kokkonen		Yleisurheilu Maija Haartela-Vuori	Tennis Henrik Johansen								
10.45–11.45	DEMO 2	Lentopallo Hanna Kanasuo & Mikko Esko	Movement Maria Härmä	BJJ & Lukkopaini Saku Heikurinen		Jooga Jenni Luodes	Nuorten voimaharjoittelu Jesse Jokiniemi		Sulkapallo Juha-Pekka Hursti & Timo Koljonen	Maalipallo Suomen Paralympiakomitea	Dance 2 Jessi Rousku	Aussifutis Lassi Salakari / Jussi Laakkio			Yleisurheilu Maija Haartela-Vuori	Tennis Henrik Johansen	Padel Kustrim Myfiari							
11.30–13.30		LOUNAS																						
12.30–13.15		LUENTO: Onko kukaan enää normaali nuori? nuorisolääkäri Silja Kosola																						
13.30–14.30	DEMO 3	Toiminnallinen treeni Hanna Saario	Koripallo Petka Lehtinen	BJJ & Lukkopaini Saku Heikurinen	Motoriikka-klinikka Jesse Jokiniemi	Powermover Lotta Kaarla			Tanssillinen voimistelu Linnea Remes Mirka Kanerva	Painia koulussa Jussi-Pekka Lammi		Pesis Perttu Hautala	Käsipallo Marianne Wolff				Padel Kustrim Myfiari	Uimahypyt Jouni Kallunki						
14.45–15.45	DEMO 4	Toiminnallinen treeni Hanna Saario	Koripallo Petka Lehtinen	Salipesis Perttu Hautala	Motoriikka-klinikka Jesse Jokiniemi	Powermover Lotta Kaarla			Tanssillinen voimistelu Linnea Remes Mirka Kanerva	Painia koulussa Jussi-Pekka Lammi		Pesis Perttu Hautala	4Joukkueen Lipunryöstö Juhani Metsäpelto					Uimahypyt Jouni Kallunki						

= kuvattava demo

PERJANTAI 6.9.2024

SALON URHEILUPIISTO

- 09.30–14.00 Ilmoittautuminen ja näyttelyt, Salohalli
- 10.00–10.30 Avajaiset ja huomionosoitukset
- 10.45–11.30 Demo 1
- 11.00–13.30 Lounas
- 11.45–12.30 LIITO ry:n vuosikokous
- 13.30–14.30 Demo 2
- 14.45–15.45 Demo 3
- 16.00–17.00 Demo 4
- 16.30–18.15 Päivällinen
- 17.00–17.45 Höntsäpelit ja Riitan rentoutus
- 20.30–02.00 Iltajuhla, Musine, Helsingintie 2

Iltajuhla 20.30–02.00 Musine

LAUANTAI 7.9.2024

SALON URHEILUPIISTO

- 09.00–13.00 Ilmoittautuminen ja info auki
- 09.30–10.30 Demo 1
- 10.45–11.45 Demo 2
- 11.30–13.30 Lounas
- 12.30–13.15 Onko kukaan enää normaali nuori!
- 13.30–14.30 Demo 3
- 14.45–15.45 Demo 4