



LIITO

Opintopäivät

6.-7.9.2024 Salo



Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry.
Salon seudun liikunnanopettajat ry.



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	PADEL-KENTÄT	UIMA-HALLI	JÄÄ-HALLI	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	Draivia kouluun - salidemo Kokkonen, Penttinen, Takala	Salibandy Hannu Santanen	Ropeskiipping 1 Miriam Hägele/ Liisa Lappalainen	Näyttelyt	Tanssi Lattarit/ Afro Maria Härmä			Wanhat tanssit Karoliina Siimes			Jalkapallo Jukka Talja	Baseball5 Saarman & Jones					Jääkiekko Tom Koivisto	Frisbeegolf* Eetu Salovaara		Move!-polut johdattavat mittauksista toimenpiteisiin	
11.00–13.30		LOUNAS/ Golf-ravintola + NÄYTTELYT/ Salohalli																		*Kokoontuminen urheilupuiston pukuhuoneiden edessä	LIITOn vuosikokous 11.45–12.30	
13.30–14.30	DEMO 2	Baseball5 Saarman & Jones	Salibandy Hannu Santanen	Ropeskiipping 2+Polar Jutta Joelsson	Näyttelyt	Tanssi Lattarit/ Afro Maria Härmä			Wanhat tanssit Karoliina Siimes			Jalkapallo Jukka Talja	Lacrosse Suvi Onne				Vesipelit Essi Kuivalainen	Jääkiekko Tom Koivisto	Frisbeegolf* Eetu Salovaara	Suunnistus* Anu Reiman	Lukion liikunnan ajankohtaiset Matti Pietilä	
14.45–15.45	DEMO 3	Kamppailu Jani Heiskanen	Futsal Maru Grönroos	Cheerleading Jenni Salomäki		Pilates Heidi Lahtinen			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 Maru Grönroos	Cheerleading Jenni Salomäki		Pilates Heidi Lahtinen		Biljardi Kari Koivunen	Dance 2 Jessi Rousku		Total WorkOut Satu-Marja Lassila	TeamUP Pauliina Miettinen	Lippupallo Jenna Hautamäki	Seiväshyppyn alkeet Maija Haartela-Vuori	Padel Kustrim Myftari	Uinti Essi Kuivalainen	Muodostelma-luistelu Aliisa Wahlsten		Suunnistus* Anu Reiman	Seikkaile ja selviydy Juhani Metsäpelto		
16.30–18.15		PÄIVÄLLINEN/ Golf-ravintola																				
17.00–17.45		Höntsäpelit				Riitan rentoutus																

= kuvattava demo

Ruokailut Golf -ravintolassa Salohallin vieressä (matkaa 30 m).

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	PADEL-KENTÄT					
9.00–13.00	Ilmoittautuminen ja info auki															Padel Kustrim Myftari					
9.30–10.30	DEMO 1	Lentopallo Hanna Kanasuo & Mikko Esko	Movement Maria Härmä	Käsipallo Marianne Wolff		Yoga I Hannele Saari	Nuorten voimaharjoittelu Jesse Jokiniemi		Sulkapallo Juhana-Pekka Hursti & Timo Koljonen		Dance 1 Jessi Rousku	Aussifutis Lassi Salakari / Jussi Laakkio	Draivia kouluun - puistogolf Kokkonen, Penttinen, Takala		Yleisurheilu Maija Haartela-Vuori						
10.45–11.45	DEMO 2	Lentopallo Hanna Kanasuo & Mikko Esko	Movement Maria Härmä	BJJ & Lukkopaini Saku Heikurinen		Yinyoga Hannele Saari	Nuorten voimaharjoittelu Jesse Jokiniemi		Sulkapallo Juhana-Pekka Hursti & Timo Koljonen	Maalipallo Timo Pelkonen	Dance 2 Jessi Rousku	Aussifutis Lassi Salakari / Jussi Laakkio		Yleisurheilu Maija Haartela-Vuori							
11.30–13.30		LOUNAS/ Golf-ravintola																			
12.30–13.15		LUENTO: Olli Heinonen, liikuntalääketieteen professori, Turun yliopisto / Salohalli																			
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		Pesäpallo Perttu Hautala	Käsipallo Marianne Wolff								
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		4Joukkueen Lipunryöstö Juhani Metsäpelto									

= kuvattava demo

PERJANTAI 6.9.2024

SALON URHEILUPIISTO

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

Iltajuhla

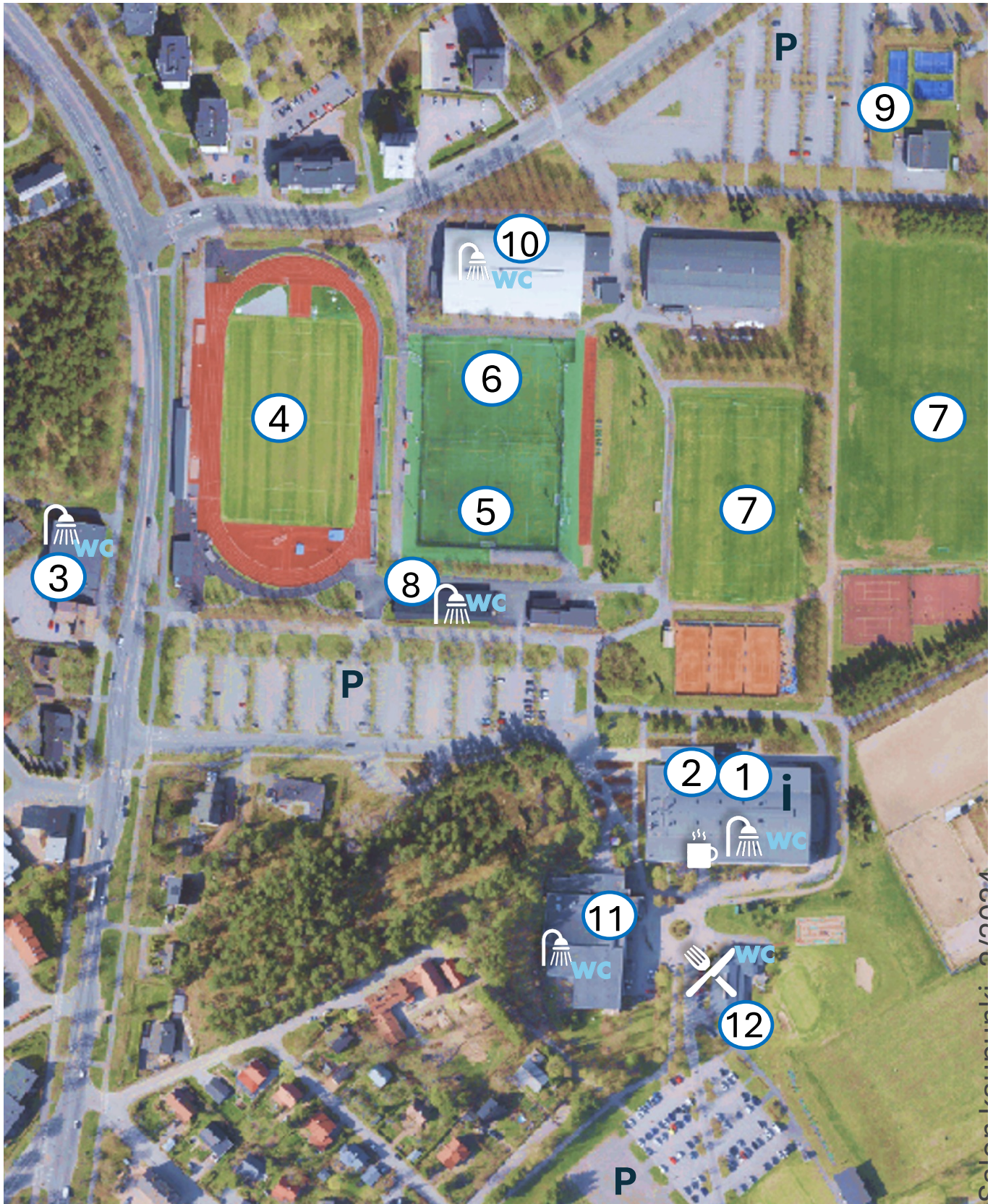
20.30–02.00 Musine

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 / Golf-ravintola
 12.30–13.15 Olli Heinonen, liikuntalääketieteen professori, Turun yliopisto / Salohalli
 13.30–14.30 Demo 3
 14.45–15.45 Demo 4

DEMOPAIKAT KARTALLA



- ① **Salohalli:**
- Salohalli 1
 - Salohalli 2
 - Salohalli 3
 - Juoksuuora
 - Tanssisali
 - Kuntosali
 - Luentosali

- ② **Keilahalli**
- Kahvila ☕
 - Näyttely
 - Ilmoittautuminen /info i
- ③ **Urheilutalo:**
- Urheilutalo 1

- ④ **Yleisurheilustadion**
- ⑤ **Tekonurmi 1**
- ⑥ **Tekonurmi 2**
- ⑦ **Nurmi**

- Urheilutalo 2
- Peilisali

- ⑧ **Urheilupuiston pukuhuoneet:**
- Suunnistus
 - Frisbeegolf
- ⑨ **Padel-kentät**
- ⑩ **Jäähalli**
- ⑪ **Uimahalli**

- ⑫ **SaloGolf** 🏌️
- Ruokailu

P Pysäköinti

🚿 Suihku ja pukuhuoneet