

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	Draivia kouluun <i>Hannu Kokkonen, Penttiniemi, Takala</i>	Salibandy <i>Hannu Santanen</i>	Ropeskiipping 1 <i>Miriam Hägele/ Liisa Lappalainen</i>	Näyttelyt	Tanssi Lattarit/ Afro <i>Maria Härmä</i>			Wanhat tanssit <i>Karoliina Siimes</i>		Total WorkOut <i>Satu-Marja Lassila</i>	Jalkapallo <i>Jukka Tahja</i>	Baseball5 <i>Saarman & Jones</i>						Jääkiekko <i>Tom Koivisto</i>	Golf <i>Ebi Kettunen</i>	Frisbeegolf liiton aluekouluttaja		Move!-polut johdattavat mittauksista toimenpiteisiin	
11.00–13.30		LOUNAS																						
13.30–14.30	DEMO 2	Baseball5 <i>Saarman & Jones</i>	Salibandy <i>Hannu Santanen</i>	Ropeskiipping 2+Polar <i>Jutta Joelson</i>	Näyttelyt	Tanssi Lattarit/ Afro <i>Maria Härmä</i>			Wanhat tanssit <i>Karoliina Siimes</i>			Jalkapallo <i>Jukka Tahja</i>	Lacrosse <i>Suvi Onne</i>					Vesipelit <i>Essi Kuivalainen</i>	Jääkiekko <i>Tom Koivisto</i>	Golf <i>Ebi Kettunen</i>	Frisbeegolf liiton aluekouluttaja	Suunnistus <i>Anu Reiman</i>	Lukion liikunnan ajankohtaiset <i>Matti Pietilä</i>	
14.45–15.45	DEMO 3	Kamppailu <i>Jani Heiskanen</i>	Futsal <i>Palloliitto</i>	Cheerleading <i>Jenni Salomäki</i>		Pilates <i>Jenni Luodes</i>			Dance 1 <i>Jessi Rousku</i>		Total WorkOut <i>Satu-Marja Lassila</i>	TeamUP <i>Pauliina Miettinen</i>	Lippupallo <i>Jenna Hautamäki</i>					Uinti <i>Essi Kuivalainen</i>	Muodostelma-luistelu <i>Aliisa Wahlsten</i>			Erasmus+ sport <i>Kasper Salin</i>		
16.00–17.00	DEMO 4	Kamppailu <i>Jani Heiskanen</i>	Futsal <i>Palloliitto</i>	Cheerleading <i>Jenni Salomäki</i>		Pilates <i>Jenni Luodes</i>		Biljardi <i>Kari Koivunen</i>	Dance 2 <i>Jessi Rousku</i>			TeamUP <i>Pauliina Miettinen</i>	Lippupallo <i>Jenna Hautamäki</i>		Seiväshypyn alkeet <i>Maija Haartela-Vuori</i>			Uinti <i>Essi Kuivalainen</i>	Muodostelma-luistelu <i>Aliisa Wahlsten</i>			Suunnistus <i>Anu Reiman</i>	Seikkaile ja selviydy <i>Juhani Metsäpelto</i>	
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 <i>Hanna Kanasuo & Mikko Esko</i>	Movement <i>Maria Härmä</i>	Käsipallo <i>Marianne Wolff</i>		Jooga <i>Jenni Luodes</i>	Nuorten voimaharjoittelu <i>Jesse Jokiniemi</i>		Sulkapallo <i>Juha-Pekka Hursti & Timo Koljonen</i>		Dance 1 <i>Jessi Rousku</i>	Aussifutis <i>Lassi Salakari / Jussi Laakkio</i>	Draivia kouluun <i>Kokkonen, Penttiniemi, Takala</i>		Yleisurheilu <i>Maija Haartela-Vuori</i>	Tennis <i>Henrik Johansen</i>								
10.45–11.45	DEMO 2	Lentopallo <i>Hanna Kanasuo & Mikko Esko</i>	Movement <i>Maria Härmä</i>	BJJ & Lukkopaini <i>Saku Heikurinen</i>		Jooga <i>Jenni Luodes</i>	Nuorten voimaharjoittelu <i>Jesse Jokiniemi</i>		Sulkapallo <i>Juha-Pekka Hursti & Timo Koljonen</i>	Maalipallo <i>Suomen Paralympiakomitea</i>	Dance 2 <i>Jessi Rousku</i>	Aussifutis <i>Lassi Salakari / Jussi Laakkio</i>			Yleisurheilu <i>Maija Haartela-Vuori</i>	Tennis <i>Henrik Johansen</i>	Padel <i>Kustrim Myfiari</i>							
11.30–13.30		LOUNAS																						
12.30–13.15		LUENTO: Onko kukaan enää normaali nuori? <i>nuorisolääkäri Silja Kosola</i>																						
13.30–14.30	DEMO 3	Toiminnallinen treeni <i>Hanna Saario</i>	Koripallo <i>Petka Lehtinen</i>	BJJ & Lukkopaini <i>Saku Heikurinen</i>	Motoriikka-klinikka <i>Jesse Jokiniemi</i>	Powermover <i>Lotta Kaarla</i>			Tanssillinen voimistelu <i>Linnea Remes Mirka Kanerva</i>	Painia koulussa <i>Jussi-Pekka Lammi</i>		Pesis <i>Perttu Hautala</i>	Käsipallo <i>Marianne Wolff</i>				Padel <i>Kustrim Myfiari</i>	Uimahyppy <i>Jouni Kallunki</i>						
14.45–15.45	DEMO 4	Toiminnallinen treeni <i>Hanna Saario</i>	Koripallo <i>Petka Lehtinen</i>	Salipesis <i>Perttu Hautala</i>	Motoriikka-klinikka <i>Jesse Jokiniemi</i>	Powermover <i>Lotta Kaarla</i>			Tanssillinen voimistelu <i>Linnea Remes Mirka Kanerva</i>	Painia koulussa <i>Jussi-Pekka Lammi</i>		Pesis <i>Perttu Hautala</i>	4Joukkueen Lipunryöstö <i>Juhani Metsäpelto</i>					Uimahyppy <i>Jouni Kallunki</i>						

= 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