

PERJANTAI

Kello	LIIKUNTA, PALLOILU-SALI 1	LIIKUNTA, PALLOILU-SALI 2	LIIKUNTA, TELINESALI	LIIKUNTA, VOIMISTELU-SALI	LIIKUNTA, RYTMIIKKA-SALI	LIIKUNTA, KUNTOSALI	HIPPOKSEN ALAKERRAN MONITOIMITILA	HIPPOS KESKIALUE 1	HIPPOS KESKIALUE 2	KAMPUKSEN KENTTÄ	LIIKUNNAN KÄYTÄVÄT & L 303	L 206A & KAMPUSALUE
9.15–9.45	Ilmoittautuminen + näyttelyt											
9.45–10.15	Montturutkun maailmanennätys, @Kampuksen kenttä											
10.15–10.30	siirtymä											
10.30–11.00	Avajaiset, @L304											
11.00–12.30	Lounas + näyttelyt											
12.30–13.15	Tarkkuuspelit - uusia ideoita ja lisää haastetta	Kamppailua ja koulupainia	Cheerleading	Miten lisätä kehonhuoltoa ja -hallintaa liikuntatunnille? 🧐	Kehollinen kielenoppiminen	Kuntosali-harjoittelu yläkouluun ja toiselle asteelle	Alkulämpä lihaskunnan kehittäjänä	Futsal – Välineenkäsittelyn soveltamista ja erilaisia pelimuotoja	Mailapelit, sulkapallo	Rugby	Aloitus L 303: Käytävät käyttöön – sisäsuunnistusta Liikunnalla	Digitaalinen liikunnan arvointikirja
13.15–13.45	siirtymä											
13.45–14.30	Tarkkuuspelit - uusia ideoita ja lisää haastetta	Kamppailua ja koulupainia	Cheerleading	Miten lisätä kehonhuoltoa ja -hallintaa liikuntatunnille?	Kehollinen kielenoppiminen	Kuntosali-harjoittelu yläkouluun ja toiselle asteelle	Alkulämpä lihaskunnan kehittäjänä 🧐	Futsal – Välineenkäsittelyn soveltamista ja erilaisia pelimuotoja	Mailapelit, sulkapallo	Rugby	Aloitus L 303: Käytävät käyttöön – sisäsuunnistusta Liikunnalla	Digitaalinen liikunnan arvointikirja
14.30–15.00	siirtymä											
15.00–15.45	L 304: Liikunnan ylioppilaskokeet ja hallitusohjelman ajankohtaiset Thomas Vikberg & Matti Pietilä		Voimistelusalit: Oman opetusfilosofian jäljillä – refleктоiva pysähdyspaikka Tommi Mäkinen		L 303: Vesipätevyys SUH & Jyu 🧐		L 302: Mielenterveydestä lempeesti ja faktoilla Anni Saukkola 'Lääkäri Anni'		L 209: Psyykkisen valmennuksen tavoitteen asetanta työkalu (iSmart) hyvinvoinnin tueksi Katri Takala		OPK 141: Koulu-PT ja lasten liikuntaneuvonta Opetushallitus	
15.45–16.15	siirtymä											
16.15–17.00	Lekfulla stafetter SV	Formatiivista arviointia käytännössä 🧐	Kehonhallintaa kaikille	Salibandy viitepelit	Vesipätevyyttä salissa	Tanko-tekniikoita	Kehonpainotreeni	Palloilua tyhjästä	Käsipallo FI	Maailman ympäri 0€ budjetilla - Suunnistuksen ja maantiedon tavoitteiden integrointi	Aloitus 3. krs aula: Ryhmiin jakamisen eri tavat	Opastettu kierros Aallon kampuksella Lähtö Liikunnan edestä
17.00–17.15	siirtymä											
17.15–18.00	Leikilliset viestit FI	Formatiivista arviointia käytännössä	Kehonhallintaa kaikille	Salibandy viitepelit	Vesipätevyyttä salissa	Tanko-tekniikoita	Kehonpainotreeni	Palloilua tyhjästä 🧐	Handbäll SV	Maailman ympäri 0€ budjetilla - Suunnistuksen ja maantiedon tavoitteiden integrointi	Aloitus 3. krs aula: Ryhmiin jakamisen eri tavat	
	TAITO		TIETO		SOVELTAMINEN			OPPILAAN KOHTAAMINEN			TYÖHYVINVOINTI	

🧐 = kuvattava demo

PERJANTAI 5.9.2025			10.30–11.00	Avajaiset ja huomionosoitukset L304	16.15–17.00	Demo 4
Liikuntatieteellinen tiedekunta, Keskussairaalantie 4			11.00–11.45	LIITO ry:n vuosikokous L314	17.00–19.00	Päivällinen, Ilokivi (17-18) & Lozzi (18-19) (erikoisruokavaliot Lozzilla)
9.00–16.00	Ilmoittautuminen ja info auki		11.00–12.30	Lounas, Ilokivi & Lozzi (erikoisruokavaliot Lozzilla)	17.15–18.00	Demo 5
9.15–13.00	Näyttelyt		12.30–13.15	Demo 2	20.00–21.00	Aikaa vuosikurssien tapaamiselle, Ilokivi
9.45–10.15	Demo 1, Montturutkun maailmanennätys @Kampuksen kenttä		13.45–14.30	Demo 3	21.00–02.00	Iltajuhla, Ilokivi
			15.15–15.45	Työpajat		

Iltajuhla
21.00–02.00 Ilokivi

LAUANTAI

Kello	LIIKUNTA, PALLOILU-SALI 1	LIIKUNTA, PALLOILU-SALI 2	LIIKUNTA, TELINESALI	LIIKUNTA, VOIMISTELU-SALI	LIIKUNTA, RYTMIIKKASALI	LIIKUNTA, KUNTOSALI	KAMPUKSEN KENTTÄ 1 / KAMPUKSEN ULKOALUEET	KAMPUKSEN KENTTÄ 2	HIPPOKSEN HARJOITUS-JÄÄHALLI	LIIKUNTA, LUENTOSALI L206	LIIKUNTA, LUENTOSALI L209	UIMAHALLI	NORMAALI-KOULU
8.30–9.45	Vapaavuoro pelailuun		Vapaavuoro tempuiluun			Vapaavuoro kuntoiluun							
10.00–10.45	Kaikille avoin liikunta	Managerisähly	Rumpurentoutus	Street/ break	KehoFlow	Pehmeästi kuntoillen	Parkour - lähiympäristö hyötykäyttöön	Hauskaa ja hyödyllistä - Tavoitteelliset liikuntaleikit koululiikuntaan	Muodostelma-ohjelma kouluun	Kuinka kohtaan oppilaan, jos liikunta ei nappaa	Opettajan kokonaisvaltainen hyvinvointi	10.15-11.00 Pelilliset/ leikkiliset sovellukset liikunnan-opetuksessa	
10.45–11.15	siirtymä												
11.15–12.00	Kaikille avoin liikunta	Käsipallo	Rumpurentoutus	Street/ break	Parin kanssa tanssien	Crossfittiä kouluun kuntosalilla	Parkour - lähiympäristö hyötykäyttöön	Hauskaa ja hyödyllistä - Tavoitteelliset liikuntaleikit koululiikuntaan	Muodostelma-ohjelma kouluun	Kännykätön yläkoulu	Opettajan kokonaisvaltainen hyvinvointi	11.30-12.15 Vesipätevyys: Pelastusliivit liikunnan-opetuksessa	
12.00–13.30	LOUNAS												
13.30–14.15	Ryhmäytymistä palloillen	Arviointityökaluja palloilutunnille	Välineiden ”väärinkäyttöä”	Lyrical jazz	Parin kanssa tanssien	Crossfittiä kouluun kuntosalilla	Pesäpallo	Yleisurheilun monet mahdollisuudet		Liikkavaksikurssi yläkoulussa		Vesipätevyys: Pelastusliivit liikunnan-opetuksessa	Vireystasot balanssiin
14.15–14.45	siirtymä												
14.45–15.30	Ryhmäytymistä palloillen	Arviointityökaluja palloilutunnille	Pitkä kuuma hyppynaru	Lyrical jazz	Pilates	Pehmeästi kuntoillen	Pesäpallo	Yleisurheilun monet mahdollisuudet				Pelilliset/ leikkiliset sovellukset liikunnan-opetuksessa	Vireystasot balanssiin
TAITO			TIETO			SOVELTAMINEN			OPPILAAN KOHTAAMINEN			TYÖHYVINVOINTI	

 = kuvattava demo

LAUANTAI 6.9.2025

8.30–9.45 Vapaat liikuntavuorot

9.00–13.00 Ilmoittautuminen ja info auki

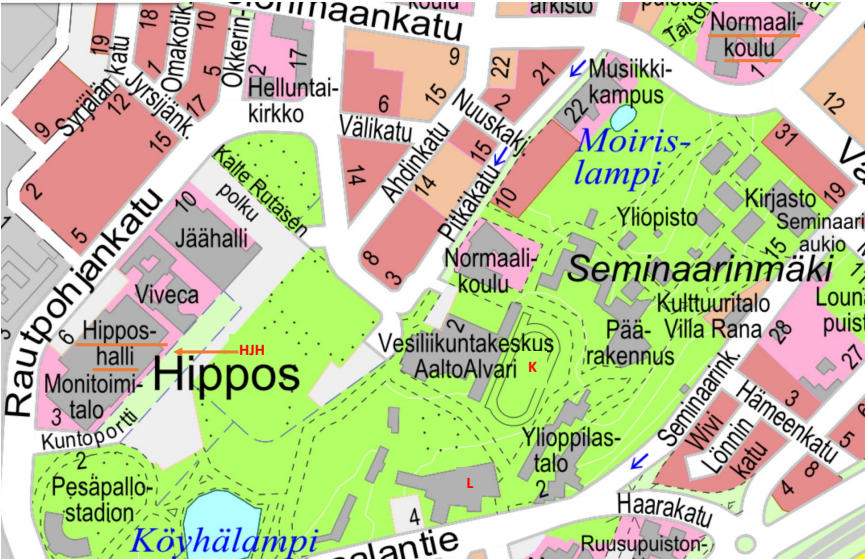
10.00–10.45 Demo 1

11.15–12.00 Demo 2

12.00–13.30 Lounas, Ilokivi & Lozzi (erikoisruokavaliot Lozzilla)

13.30–14.15 Demo 3

14.45–15.30 Demo 4



L = Liikunta -> Palloilusali, Telinesali, Rytmiikkasali, Kuntosali, luentosali. K= Kampuksen kenttä, HJH = Harjoitusjäähalli