

# Seurat, joissa on soveltavan liikunnan toimintaa tai paraurheilua Keski-Suomessa:

- Jyväskylän Naisvoimistelijat, voimistelu
- Jaguars Spirit Athletes, cheerleading
- Jyväskylän ITF-Taekwondo, taekwondo
- Äänekosken Huima/Huimarit, jalkapallo
- Jyväskylän Kenttäurheilijat, yleisurheilu
- O2-Jyväskylä, salibandy
- HoNSu, koripallo/unified koripallo
- Harjun Woima Jyväskylä, paini
- Sisu Paraicehockey team, kelkkajääkiekko
- Muuramen Yritys

- Palokan Ilo, voimistelu ja liikunta, voimistelu
- Muurame Golf, golf
- Pöytätennis Jyväskylä, pöytätennis
- Suunta Jyväskylä, suunnistus
- JyPK/JJK Juniorit, jalkapallo

Ja useassa seurassa on valmius ottaa vastaan toimintarajoitteisia liikkujia.

*Avoimet Ovet*



# Soveltavan liikunnan ohjaaja –koulutus (3t)

- Koulutus on suunnattu kunnan liikunta-alan toimijoille, jotka toimivat esim. lasten liikunnan parissa. Koulutus sisältää 1,5 t teoriaosuuden ja 1,5 tunnin käytännön osuuden.
- **Koulutuksen keskeisiä teemoja ovat:**
  - Kuinka huomioida erilaiset liikkujat ryhmässä
  - Toiminnanohjauksen pulmat ja niiden selättäminen
  - Keinoja ja tapoja jokaisen osallistumisen mahdollistamiseen
  - Käytännön esimerkkejä ja vinkkejä

**Kouluttaja:** Liikunnallisen elämäntavan kehittäjä Mira Autio,  
Keski-Suomen Liikunta ry

**Tiedustelut:**

[mira.autio@kesli.fi](mailto:mira.autio@kesli.fi) tai p. 050 3595 851

