

VOIMISTELIJAKSI PYRKIVÄ GYMNASTICS TYTTÖJEN ESIKILPARYHMÄÄN

Esikilparyhmä Kirsikat

Perustamme tammikuussa 2024 esikilparyhmän **Kirsikat**. Ryhmään valitaan pääosin tyttöjä, jotka ovat syntyneet vuosina 2017-2018. Myös tätä nuoremmat ja vanhemmat voivat kysellä mahdollisuutta tulla mukaan Pyrkivä Gymnastics kilpailevien ryhmien toimintaan.

Kirsikat on tavoitteellinen ryhmä, josta on mahdollisuus edetä sekä kilpa- että harrastekilparyhmän voimistelijaksi. Voimisteliijoilta perheineen toivotaan sitoutumista ryhmän harjoitusaikoihin ja -määriin. Keväällä 2024 ryhmä harjoittelee 2-3 kertaa viikossa 1,5-2 tuntia kerrallaan. Harjoituksia pidetään myös loma-aikoina ja ajan myötä harjoitusmäärät kasvavat.



Kirsikoiden valmennuksesta vastaa valmentajamme Alexandra Efimova apunaan esikilparyhmien koordinaattori Iira Murtonen sekä koko esikilparyhmien valmennustiimi.

Harjoitukset pidetään pääsääntöisesti Pyrkivä Gymnasticsin omissa voimistelusalissa, Pikkiksessä. Pikkis sijaitsee Liikuntakeskus Alfa-yhteydessä, rakennuksen oikeassa päädyssä.

Kevään 2024 harjoitusajat 2017-syntyneille:

- keskiviikko klo 15:30-17:30 (17-17:30 baletti)
- perjantai klo 17:30-19
- mahdollisuus kolmanteen treenikertaan sunnuntaisin klo 9:30-11:30

Kevään 2024 harjoitusajat 2018-syntyneille:

- keskiviikko klo 15:30-17 (mahdollisuus osallistua myös balettiin klo 17-17:30)
- perjantai klo 17:30-19
- mahdollisesta kolmannelta harjoituskerrasta sovitaan erikseen

Lisätietoa kilpailevien ryhmiemme toiminnasta ja ilmoittautumiset Kirsikoihin sähköpostitse:
iira.murtonen@gmail.com

Liikunnallista loppuvuotta toivottaen,
Pyrkivä Gymnastics valmennustiimi