Harrastajan ja voimistelijan polku

**HARRASTE**

yli 45v

yli 35v

yli 25v

yli 18 H

16-18 H

14-16 H

12-14 H

10-12 Taito

8-10 Taito

**KILPA**

yli 18 K

16-18 K

14-16 K

12-14 K

10-12 Talent

8-10 Talent

**KELLO-** **LINJA**

yli 18 kilpa

Kello Kilpa Senior

16-18 kilpa

Kello Kilpa Team

14-16 kilpa

Kello Kilpa Junior

12-14 SM/kilpa

Kello Pre Junior

10-12v Team

8-10v Team

**AVOIMET**

**HARRASTE-RYHMÄT**

AIKUISTEN VOIMISTELUKOULU

FREEGYM

VOIMISTELUKOULU

ESIKOT

SATUBALETTI

NINJAGYM

LIIKUNTALEIKKIKOULU

6-7v VOIMISTELUKOULU KUKKASET

4-5v VOIMISTELUKOULU NUPPUSET

HARRASTELIIKUNTA

6-7v ESIVALMENNUS KUKKASET

4-5v ESIVALMENNUS NUPPUSET

**PERHELIIKUNTA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Joukkue | Harjoituskerta/vko  (tuntia/kerta) | Esiintymiset ja kilpailut |
| Voimistelukoulu Nuppuset | 1 (1-1,5h) | seuran tapahtumat |
| Esivalmennus Nuppuset | 2 (1-1,5h) | seuran tapahtumat |
| Voimistelukoulu Kukkaset | 1 (1-1,5h) | seuran ja lähialueen tapahtumat |
| Esivalmennus Kukkaset | 2-3 (1-1,5h) | Stara |
| **8-10v**  Team  Talent  Taito | 3-4 (1,5-2,5h)  2-3 (1,5-2,5h)  2 (1,5-2h) | 2-3 kilpailua + esiintymiset  2-3 kilpailua + esiintymiset  1-2 kilpailua + esiintymiset |
| **10-12v**  Team  Talent  Taito | 3-5 (2-3h)  3-4 (2-3h)  2-3 (1,5-2h) | 3-5 kilpailua + esiintymiset  3-4 kilpailua + esiintymiset  2-3 kilpailua + esiintymiset |
| **12-14v**  Kello Pre Junior  K  H | 4-6 (2-3,5h)  3-5 (2-3h)  2-3 (2-2,5h) | 3-5 kilpailua + esiintymiset  3-4 kilpailua + esiintymiset  2-3 kilpailua + esiintymiset |
| **14-16v**  Kello Kilpa Junior  K  H | 4-5 (2-4h)  3-5 (2-3h)  2-3 (2-2,5h) | 3-5 kilpailua + esiintymiset  3-4 kilpailua + esiintymiset  2-3 kilpailua + esiintymiset |
| **16-18v**  Kello Kilpa Team  K  H | 4-5 (2-4h)  3-5 (2-3h)  2-3 (2-2,5h) | 3-5 kilpailua + esiintymiset  3-4 kilpailua + esiintymiset  2-4 kilpailua + esiintymiset |
| **yli 18v**  Kello Kilpa Senior  K  H | 4-5 (2-4h)  3-5 (2-3h)  2-3 (2-2,5h) | 3-5 kilpailua + esiintymiset  3-4 kilpailua + esiintymiset  2-4 kilpailua + esiintymiset |