

## KAUSISUUNNITELMA / TemppuGym 7-10 v.

Torstai klo 18:00-19:00, Naakka B

**Kauden tavoite:** Tutustua monipuolisesti voimistelun eri osa-alueisiin ja välineisiin sekä vahvistaa motorisia perustaitoja.

Pvm	Tunnin teema	Huomioitavaa
	<b>Syyskuun tavoite: Ryhmäytyminen ja kehonhallinta</b>	
Vko 36	Tutustumisleikit	
Vko 37	Oma keho tutuksi: mukana hernepussit	
Vko 38	Eläinliikkumiset ja viestit	
Vko 39	Temppurata	
	<b>Lokakuun tavoite: Perusliikkumistaidot</b>	
Vko 40	Vauhdikkaat juoksuleikit	
Vko 41	Hyyt ja loikat	
Vko 42	<b>SYYSLOMA, EI TUNTIA!</b>	
Vko 43	Kiipeily ja parileikit	
Vko 44	Temppurata	
	<b>Marraskuun tavoite: Tasapainotaidot</b>	
Vko 45	Tasapainoilua välineillä	
Vko 46	Tasapainoilua parin kanssa	
Vko 47	Temppuja rekillä	
Vko 48	Temppurata	
	<b>Joulukuun tavoite: Joulunäytökseen valmistautuminen</b>	
Vko 49	Joulunäytökseen harjoittelu	Joulunäytös ma 9.12.

Kausisuunnitelmaan voi tulla muutoksia meistä riippumattomien salivuoroperuutusten vuoksi, jolloin treenit pidetään esim. ulkona. Salivuoroperuutukset ilmoitetaan viestillä tai sähköpostilla.

Ohjaajat: Nina Salonen ja Roosa Nieminen

