**KAUSISUUNNITELMA TelineTaiturit**

**Ohjaajat: Salla Nikkanen, Ella Myllynen, Hertta Pietilä**

**Tavoite:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pvm** | **Tunnin teema** | **Huomioitavaa** |
|  | **Tammikuun tavoite: Liikkuvuus ja kehontuntemus** | |
| **Vko 2** | Tutustuminen ja syksyn kertaus |  |
| **Vko 3** | Liikkumiset ja kehonhallinta |  |
| **Vko 4** | Liikkumiset ja kehonhallinta |  |
| **Vko 5** | Permantoliikkeet |  |
|  | **Helmikuun tavoite: Voima ja kehonhallinta** |  |
| **Vko 6** | Roikkuminen ja voima |  |
| **Vko 7** | Roikkuminen ja voima |  |
| **Vko 8** | Toivetunti / temppurata |  |
| **Vko 9** | **HIIHTOLOMA, EI TUNTEJA!** |  |
|  | **Maaliskuun tavoite: Akrobatia ja hypyt** |  |
| **Vko 10** | Hypyt ja temput | |
| **Vko 11** | Hypyt ja temput |  |
| **Vko 12** | Hypyt ja tasapaino |  |
| **Vko 13** | Hypyt ja tasapaino |  |
|  | **Huhtikuun tavoite: Kevätnäytöksen harjoittelun aloittaminen** |  |
| **Vko 14** | **PÄÄSIÄINEN, EI TUNTIA!** | |
| **Vko 15** | Permantoliikkeet |  |
| **Vko 16** | Permantoliikkeet |  |
| **Vko 17** | Toivetunti / temppurata |  |
|  | **Toukokuun tavoite: Kevätnäytöksen harjoittelu** |  |
| **Vko 18** | Kevätnäytöksen harjoittelu |  |
| **Vko 19** | Kevätnäytöksen harjoittelu | VaVon kevätnäytös 11.5.2024 |

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