



Talvilomaleiri

16.-20.2.2026 klo 9-15 Tapulin liikuntakeskus

MAANANTAI 16.2.	Teema
9-10	Aloitus ja lämmittely
10-11.15	Akrobatia
11.15-12	LOUNAS
12-12.45	Ketteryys ja koordinaatio
12.45-13	<i>Siirtymä Kiipeilykeskukselle</i>
13-14	Lajikokeilu: kiipeily
14-14.15	<i>Siirtymä Tapulin liikuntakeskukseen</i>
14.15-14.30	Välipala
14.30-15	Pelit ja leikit

TIISTAI 17.2.	Teema
9-10	Aloitus ja temppurata
10-11.15	Välineen käsittely: vanne ja naru
11.15-12	LOUNAS
12-13.30	Ulkona: pulkkamäki
13.30-14.15	Laskiaispullatalkoot
14.15-15	Pelit ja leikit



KESKIVIIKKO 18.2.	Teema
9-10	Lämmittely ja seuratanssi
10-11.15	Voima ja kehonhallinta
11.15-12	LOUNAS
12-13	Mielikuvaliikunta
13-14	Kaupunkisota
14-14.15	Välipala
14.15-15	Ulkoilu: pelit ja leikit

TORSTAI 19.2.	Teema
9-10	Lämmittely, nopeus ja ketteryys
10-11	Hyppelyt ja hyppääminen
11.15-12	LOUNAS
12-13	Välineen käsittely: pallo ja hernepussi
13-14	Liikkuvuus
14-14.15	Välipala
14.15-15	Ulkoilu: pelit ja leikit

PERJANTAI 20.2.	Teema
9-10	Lämmittely ja musiikkiliikunta
10-11.15	Lajikokeilu: jalkapallo
11.15-12	LOUNAS
12-13	Temppurata
13-14	Ulkoilu: pulkkamäkeen
14-14.15	Välipala
14.15-15	Leirin päätös