



VOIMISTELULLISET KESÄLEIRIT
TAPANILAN ERÄN VOIMISTELUJAOSTO
1.-5.6.2026

Maanantai 1.6.	Oranssit 6–9-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 10–12-v	Liilat 12–14-v
9–10.15	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot ja seurataksi Kanveesi 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot ja seurataksi Kanveesi 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot ja seurataksi Kanveesi 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot ja seurataksi Kanveesi 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi
10.15–	Tanssi klo 10.15–11.15 Kanveesi 3 Nastja, Eedit	Oman leirikorun tekeminen & askartelu/värityskuvat klo 10.15–11.30 Neuvotteluhuone <i>(Pelit ja leikit kanveesi 2)</i> Maija, Lotta	Nopeus-ketteryyss-koordinaatio & pelit ja leikit klo 10.15–11.40 Ulkona Heini, Meri	Lajitekniikka ja osatreeni klo 10.15–11.50 Kanveesi 1 Justiina, Pilvi
	LOUNAS klo 11.15–12 Nastja, Eedit	LOUNAS klo 11.30–12.15 Maija, Lotta	LOUNAS klo 11.40–12.25 Heini, Meri	LOUNAS klo 11.50–12.30 Justiina, Pilvi
	Nopeus-ketteryyss-koordinaatio & pelit ja leikit klo 12–13.15 Ulkona	Tanssi klo 12.15–13.15 Kanveesi 1 Nastja, Lotta	Oman leirikorun tekeminen & askartelu/värityskuvat klo 12.25–13.15 Neuvotteluhuone	Nopeus-ketteryyss-koordinaatio & pelit ja leikit klo 12.30–13.15 Ulkona



	Heini, Eedit		<i>(Pelit ja leikit kanveesi 2)</i> Maija, Meri	Justiina, Pilvi
	Oman leirikorun tekeminen & askartelu/värityskuvat klo 13.15–14 Neuvotteluhuone Nastja, Lotta	Nopeus-ketteryyss-koordinaatio & pelit ja leikit klo 13.15–14 Ulkona Heini, Meri	Joukkuevoimistelun lajitekniikka klo 13.15–14 Kanveesi 1 Justiina, Pilvi	Oman leirikorun tekeminen & askartelu/värityskuvat klo 13.15–14 Pukuhuone 7/aula Maija, Eedit
14–14.30	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)
14.30–15.00	Leiriolympialaiset Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi

Tiistai 2.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 10–12-v	Liilat 12–14-v
9–10.15	Yhteinen aloitus Leikit ja perusvoimistelu Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Yhteinen aloitus Leikit ja perusvoimistelu Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Yhteinen aloitus Leikit ja perusvoimistelu Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Yhteinen aloitus Leikit ja perusvoimistelu Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi



10.15–	Perusvoimisteluharjoitus klo 10.15–11.15 Kanveesi 3 Maija, Pilvi	Ulkoliikunta ja ulkotaidetta klo 10.15–11.20 Puustellinmetsä ja lähiympäristö Heini, Meri	Akrobatia ja liikkuvuus klo 10.15–11.40 Kanveesi 2 Justiina, Eedit	Välinetekniikka / lajiliikkeet yhdistettynä välineisiin klo 10.15–11.50 Kanveesi 1 Nastja, Lotta
	LOUNAS klo 11.15–12 Maija, Pilvi	LOUNAS klo 11.20–12 Heini, Meri	LOUNAS klo 11.40–12.25 Justiina, Eedit	LOUNAS klo 11.50–12.30 Nastja, Lotta
	Kaupunkisota klo 12–13 Kanveesi 1 ja 2 Justiina, Maija, Pilvi	Kaupunkisota klo 12–13 Kanveesi 1 ja 2 Justiina, Maija, Pilvi	Ulkoliikunta ja ulkotaidetta klo 12.25–13.15 Puustellinmetsä ja lähiympäristö Heini, Lotta, Meri	Tanssi klo 12.30–13.15 Kanveesi 3 Eedit, Nastja
	Ulkoliikunta ja ulkotaidetta klo 13–13.50 Puustellinmetsä ja lähiympäristö Heini, Eedit	Välinetekniikka / lajiliikkeet yhdistettynä välineisiin klo 13–13.50 Kanveesi 3 Nastja, Lotta, Pilvi	Kaupunkisota klo 13.15–13.50 Kanveesi 1 ja 2 Justiina, Maija, Meri	Kaupunkisota klo 13.15–13.50 Kanveesi 1 ja 2 Justiina, Maija, Meri
13.50– 14.20	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)
14.20– 15.00	Leiriolympialaiset Ulkona Nastja, Justiina, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Ulkona Nastja, Justiina, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Ulkona Nastja, Justiina, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Ulkona Nastja, Justiina, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi

Keskiviikko	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 10–12-v	Liilat 12–14-v
--------------------	------------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------



3.6.				
9-	Alexa-fanitreeni (joukkuevoimistelun lajiharjoitus edustusjoukkueemme vetämänä) klo 9–10.30 Kanveesi 1 ja 2 Milla, Lotta, Meri, Pilvi	Alexa-fanitreeni (joukkuevoimistelun lajiharjoitus edustusjoukkueemme vetämänä) klo 9–10.30 Kanveesi 1 ja 2 Milla, Lotta, Meri, Pilvi	Pelit ja leikit (lämmittely) klo 9.00–9.30 Kanveesi 3 Justiina, Eedit	Pelit ja leikit (lämmittely) klo 9.00–9.30 Kanveesi 3 Justiina, Eedit <i>(Huom. Adora-joukkueella leiripäivä on klo 10.30–16)</i>
	Välinetekniikka / ketteryys yhdistettynä välineisiin klo 10.30–11.15 Ulkona Nastja, Eedit		LAJIKOKEILU Breakdance klo 9.30–10.30 Kanveesi 3 Oliver Finne <ul style="list-style-type: none"> • Heini 	Kehonhallinta ja voima klo 9.30–10.30 Ulkona Justiina
		LAJIKOKEILU Breakdance klo 10.35–11.20 Kanveesi 3 Oliver Finne <ul style="list-style-type: none"> • Heini 	Alexa-fanitreeni (joukkuevoimistelun lajiharjoitus edustusjoukkueemme vetämänä) klo 10.35–12.00 Kanveesi 1 ja 2 Milla, Justiina, Lotta, Meri, Pilvi	Alexa-fanitreeni (joukkuevoimistelun lajiharjoitus edustusjoukkueemme vetämänä) klo 10.35–12.00 Kanveesi 1 ja 2 Milla, Justiina, Lotta, Meri, Pilvi
	LOUNAS klo 11.15–12 Nastja, Eedit	LOUNAS klo 11.20–12.00 Heini	LOUNAS klo 12.00–12.40 Milla, Lotta, Meri, Pilvi	LOUNAS klo 12.00–12.40 Milla, Lotta, Meri, Pilvi



	<p>LAIKOKEILU</p> <p>Breakdance</p> <p>klo 12–12.50</p> <p>Kanveesi 3</p> <p>Oliver Finne</p> <ul style="list-style-type: none"> Nastja, Eedit 	<p>Kehonhallinta ja voima</p> <p>klo 12.00–13</p> <p>Kanveesi 2</p> <p>Heini, Maija, Lotta</p>	<p>Välinetekniikka / lajiliikkeet yhdistettynä välineisiin</p> <p>klo 12.40–13.50</p> <p>Kanveesi 1</p> <p>Milla, Pilvi, Meri</p>	<p>Ryhmäytymistehtävä</p> <p>klo 12.40–13</p> <p>Pukuhuone 7</p> <p>Heini</p>
	<p>Kehonhallinta ja voima</p> <p>klo 13–13.50</p> <p>Ulkona</p> <p>Maija, Eedit</p>	<p>Akrobatia ja liikkuvuus</p> <p>klo 13–13.50</p> <p>Kanveesi 2</p> <p>Nastja, Lotta</p>		<p>LAIKOKEILU</p> <p>Breakdance</p> <p>klo 13–14</p> <p>Kanveesi 3</p> <p>Oliver Finne</p> <ul style="list-style-type: none"> Heini
13.50–14.20	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko) klo 14–14.20
14.20–15.00	<p>Leiriolympialaiset</p> <p>Ulkona</p> <p>Milla, Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>	<p>Leiriolympialaiset</p> <p>Ulkona</p> <p>Milla, Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>	<p>Leiriolympialaiset</p> <p>Ulkona</p> <p>Milla, Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>	<p>Leiriolympialaiset</p> <p>Ulkona</p> <p>Milla, Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>
				<p><i>Adora-joukkueella fysiikkaharjoitus klo 15–16</i></p> <p><i>Nastja</i></p>

Torstai 4.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 10–12-v	Liilat 12–14-v
---------------------	------------------------	-----------------------	--------------------------	-----------------------



9–10	<p>Temppurata</p> <p>Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät)</p> <p>Kanveesi 1, 2 ja 3</p> <p>Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>	<p>Temppurata</p> <p>Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät)</p> <p>Kanveesi 1, 2 ja 3</p> <p>Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>	<p>Temppurata</p> <p>Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät)</p> <p>Kanveesi 1, 2 ja 3</p> <p>Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>	<p>Temppurata</p> <p>Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät)</p> <p>Kanveesi 1, 2 ja 3</p> <p>Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi</p>
10–	<p>Akrobatia ja liikkuvuus</p> <p>klo 10–11.15</p> <p>Kanveesi 3</p> <p>Justiina, Meri, Pilvi</p>	<p>Perusvoimisteluharjoitus</p> <p>klo 10–11.15</p> <p>Kanveesi 2</p> <p>Maija, Lotta</p>	<p>Tanssi</p> <p>klo 10–11</p> <p>Kanveesi 1</p> <p>Eedit, Nastja</p>	<p>Ulkoliikunta ja ulkotaidetta</p> <p>klo 10–11</p> <p>Puustellinmetsä ja lähiympäristö</p> <p>Heini</p>
			<p>Baletti ja pyöriminen</p> <p>klo 11–11.40</p> <p>Kanveesi 2</p> <p>Nastja, Pilvi</p>	<p>Kehollinen ilmaisu</p> <p>klo 11–11.50</p> <p>Kanveesi 3</p> <p>Heini, Eedit</p>
	<p>LOUNAS klo 11.15–12</p> <p>Justiina, Meri</p>	<p>LOUNAS klo 11.15–12</p> <p>Maija, Lotta</p>	<p>LOUNAS klo 11.40–12.20</p> <p>Nastja, Pilvi</p>	<p>LOUNAS klo 11.50–12.30</p> <p>Heini, Eedit</p>
	<p>Kehollinen ilmaisu</p> <p>klo 12–13</p> <p>Kanveesi 3</p> <p>Heini, Maija, Lotta</p>	<p>Kehollinen ilmaisu</p> <p>klo 12–13</p> <p>Kanveesi 3</p> <p>Heini, Maija, Lotta</p>	<p>Ryhmytymistehtävät</p> <p>klo 12.20–13</p> <p>Kanveesi 2</p> <p>Justiina, Meri, Pilvi</p>	<p>Baletti ja pyöriminen</p> <p>klo 12.30–13.30</p> <p>Kanveesi 1</p> <p>Nastja, Eedit</p>



	Leikkipuistoon klo 13–14 Heini, Pilvi <i>Huom. eväät mukaan leikkipuistoon</i>	Leikkipuistoon klo 13–14 Maija, Lotta <i>Huom. eväät mukaan leikkipuistoon</i>	Leikkipuistoon klo 13–14 Justiina, Meri <i>Huom. eväät mukaan leikkipuistoon</i>	Tanssi klo 13.30–14 Kanveesi 1 Eedit, Nastja
14.00–14.30	Oma välipala (tauko) Leikkipuistossa	Oma välipala (tauko) Leikkipuistossa	Oma välipala (tauko) Leikkipuistossa	Oma välipala (tauko)
14.30–15.00	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi

Perjantai 5.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 10–12-v	Liilat 12–14-v
9–10.15	Leiriolympialaiset Yhteinen voimistelun perusharjoitus Kanveesi 1, 2 ja 3 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Pilvi	Leiriolympialaiset Yhteinen voimistelun perusharjoitus Kanveesi 1, 2 ja 3 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Pilvi <i>Lähtö Studio Loisteelle klo 9.50</i> <i>Nastja, Eedit</i>	Leiriolympialaiset Yhteinen voimistelun perusharjoitus Kanveesi 1, 2 ja 3 Nastja, Heini, Eedit, Lotta, Pilvi	Huom. Liilojen leiripäivä alkaa klo 9.00 Studio Loisteella (<i>osoitteessa Loisteputki 4, 00770 Helsinki</i>). Tapaaminen suoraan Studio Loisteen alaovilla. LAJIKOKEILU Ilma-akrobatia klo 9.15–10.00 Studio Loiste Hanna Kunnas • Justiina, Meri



	<p>Ulkoliikunta klo 10.15–11.10</p> <p>Ulkona Heini, Pilvi</p>	<p>LAJIKOKEILU</p> <p>Ilma-akrobatia klo 10.15–11.00</p> <p>Studio Loiste Hanna Kunnas</p> <ul style="list-style-type: none"> Nastja, Eedit 	<p>Kehollinen ilmaisu klo 10.15–10.50</p> <p>Kanveesi 2 Maija, Lotta</p> <p><i>Lähtö Studio Loisteelle klo 10.50</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Maija, Lotta 	<p>Lajitekniikka ja osatreeni klo 10.20–11.30</p> <p>Kanveesi 1 Justiina, Meri</p>
			<p>LAJIKOKEILU</p> <p>Ilma-akrobatia klo 11.15–12.00</p> <p>Studio Loiste Hanna Kunnas</p> <ul style="list-style-type: none"> Maija, Lotta 	
	<p>LOUNAS klo 11.10–11.50</p> <p>Heini, Pilvi</p> <p><i>Lähtö Studio Loisteelle klo 11.50</i></p> <p><i>Heini, Pilvi</i></p>	<p>LOUNAS klo 11.20–12.00</p> <p>Nastja, Eedit</p>	<p>LOUNAS klo 12.20–13.00</p> <p>Maija, Lotta</p>	<p>LOUNAS klo 11.30–12.15</p> <p>Meri</p>
	<p>LAJIKOKEILU</p> <p>Ilma-akrobatia klo 12.15–13.00</p> <p>Studio Loiste Hanna Kunnas</p>	<p>Baletti ja pyöriminen klo 12–13</p> <p>Kanveesi 1 Nastja, Eedit</p>		<p>Leikkipuistoon klo 12.15–13</p> <p>Maija, Meri</p>



	<ul style="list-style-type: none">• Heini, Pilvi			
13–13.30	Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Omien esitysten tekeminen (olympialaisryhmät) Kanveesi 1, 2 ja 3 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi
13.30–14	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)
14–15	Leirinäytös Leirin päätös ja olympialaisten palkintojenjako Kanveesit 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leirinäytös Leirin päätös ja olympialaisten palkintojenjako Kanveesit 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leirinäytös Leirin päätös ja olympialaisten palkintojenjako Kanveesit 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi	Leirinäytös Leirin päätös ja olympialaisten palkintojenjako Kanveesit 1 ja 2 Heini, Nastja, Eedit, Lotta, Meri, Pilvi