



Kesäleiri 1
2.-6.6.2025

Maanantai 2.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 8–10-v	Liilat 10–14-v
9–9.45	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot Kanveesi 1 ja 2	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot Kanveesi 1 ja 2	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot Kanveesi 1 ja 2	Leirin aloitus Ryhmäytyminen Lämmittely: joukkuevoimistelun perustaidot Kanveesi 1 ja 2
9.45–	Vartalotekniikka klo 9.45–10.45 Kanveesi 3	Nopeus-ketteryys-koordinaatio klo 9.45–10.45 Ulkona	Liikkuvuus ja akrobatia klo 9.45– 10.45 Kanveesi 2	Liikkuvuus, tasapainot ja piruetit klo 9.45–11.15 Kanveesi 1
	Pelit ja leikit klo 10.45–11.30 Kanveesi 2	Vartalotekniikka klo 10.45–11.45 Kanveesi 3	Nopeus-ketteryys-koordinaatio klo 10.45–11.30 Ulkona	
	LOUNAS klo 11.30–12.15	LOUNAS klo 11.45–12.30	LOUNAS klo 11.30–12.15	LOUNAS klo 11.15–12
	Nopeus-ketteryys-koordinaatio klo 12.15–13 Ulkona	Pelit ja leikit klo 12.30–13 Kanveesi 3	Vartalotekniikka klo 12.15–13.15 Kanveesi 1 ja 2	Jalkapallo, koppelipallo / pelit klo 12– 13 Ulkona Oma välipala (tauko) klo 13–13.15
	Liikkuvuus ja akrobatia klo 13–14 Kanveesi 2	Liikkuvuus ja akrobatia klo 13–14 Kanveesi 3	Jalkapallo, koppelipallo / pelit klo 13.15–14 Ulkona	Vartalotekniikka klo 13.15–14.30 Kanveesi 1
14–14.30	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	



14.30–15.00	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2
-------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------



Tiistai 3.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 8–10-v	Liilat 10–14-v	Mustat 14–17-v.
9–9.30	Temppurata Kanveesi 1, 2 ja 3	Temppurata Kanveesi 1, 2 ja 3	Temppurata Kanveesi 1, 2 ja 3	Temppurata Kanveesi 1, 2 ja 3	Juoksuharjoitus klo 9–9.45 Ulkona
9.30–	Lentopallo klo 9.30–10.30 Lentopallokenttä 1 Lehto Areena PuMa-Volley	Lentopallo klo 9.30–10.30 Lentopallokenttä 2 Lehto Areena PuMa-Volley	Perusvoimistelu ja lajitekniikka (tasapainot) klo 9.30–10.30 Kanveesi 2	Perusvoimistelu ja lajitekniikka (tasapainot) klo 9.30–10.30 Kanveesi 1	Liikkuvuus- ja tasapainoharjoitteet klo 9.50–10.30 Kanveesi 2
	Joukkuevoimistelun lajitunti klo 10.30–11.20 Kanveesi 1	Joukkuevoimistelun lajitunti klo 10.30–11.30 Kanveesi 2	Lentopallo klo 10.30–11.30 Lentopallokenttä 1 Lehto Areena PuMa-Volley	Lentopallo klo 10.30–11.30 Lentopallokenttä 2 Lehto Areena PuMa-Volley	Lentopallo klo 10.30–11.30 Lentopallokenttä 2 Lehto Areena PuMa-Volley
			Pelit ja leikit klo 11.30–11.50 Kanveesi 1	Pelit ja leikit klo 11.30–11.50 Kanveesi 1	
	LOUNAS klo 11.20–12	LOUNAS klo 11.30–12.15	LOUNAS klo 11.50–12.30	LOUNAS klo 11.50–12.30	LOUNAS klo 11.30–12.15
	Jalkapallo, koppipallo / pelit klo 12–13 Ulkona	Jalkapallo, koppipallo / pelit klo 12.15–13 Ulkona	Kehonhallinta, voima ja akrobatia klo 12.30–13.15 Kanveesi 3	Kehonhallinta, voima ja akrobatia klo 12.30–13.15 Kanveesi 2	Baletti ja pyöriminen klo 12.15–13.15 Kanveesi 1
	Liikkuvuusharjoittelu klo 13–14 Kanveesi 1	Liikkuvuusharjoittelu klo 13–14 Kanveesi 1	Osatreeni (joukkuevoimistelun lajiliikkeet) klo 13.15–14.00 Kanveesi 2	Osatreeni (joukkuevoimistelun lajiliikkeet) klo 13.15–14.00 Kanveesi 2	Osatreeni klo 13.15–14 Kanveesi 3



14.00– 14.20	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)
14.20– 15.00	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona



Keskiviikko 4.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 8–10-v	Lillat 10–14-v	Mustat 14–17-v.
9–	Välinetekniikka klo 9–10.15 Kanveesi 1	Baletti ja pyöriminen klo 9–10 Kanveesi 2 <i>Siirtyminen yhdessä Tapanilan Urheilukeskukseen klo 10</i>	Perusvoimisteluharjoitus klo 9–10.15 Kanveesi 3	Judo klo 9.30–10.30 Tapanilan Urheilukeskuksen Tatami <i>Huom. leiripäivä alkaa Tapanilan Urheilukeskukselta, Tapanilan kirjaston edestä klo 9.30</i> (siirtyminen Lehto Areenalle)	Judo klo 9.30–10.30 Tapanilan Urheilukeskuksen Tatami <i>Huom. leiripäivä alkaa Tapanilan Urheilukeskukselta, Tapanilan kirjaston edestä klo 9.30</i> (pieni evästäuko ja siirtyminen Lehto Areenalle)
	Baletti ja pyöriminen klo 10.15–11 Kanveesi 2	Judo klo 10.30–11.30 Tapanilan Urheilukeskuksen Tatami (siirtyminen Lehto Areenalle)	Välinetekniikka klo 10.15–11.30 Kanveesi 1	Pelit ja leikit klo 11–11.15 Ulkona	Voimaharjoittelu klo 11–12 Kuntosali Aino Haarala
	LOUNAS klo 11–11.30	LOUNAS klo 12–12.45	LOUNAS klo 11.30–12.15	LOUNAS klo 11.15–12	LOUNAS klo 12–12.45
	<i>Siirtyminen yhdessä Tapanilan Urheilukeskukseen klo 11.30</i> Judo klo 12–13 Tapanilan	Välinetekniikka klo 12.45–13.30 Kanveesi 1	Pelit ja leikit klo 12.15–12.30 Ulkona <i>Siirtyminen yhdessä Tapanilan Urheilukeskukseen klo 12.30</i>	Kehonhallinta ja voima klo 12–13 Kanveesi 1 / Adora voimaharjoittelu klo 12–13	Baletti ja osatreeni klo 12.45–14 Kanveesi 1



	Urheilukeskuksen Tatami (siirtyminen Lehto Areenalle)			Kuntosali Aino Haarala	
	Pelit ja leikit klo 13.15–14 Kanveesi 2	Pelit ja leikit klo 13.30–14 Ulkona	Judo klo 13–14 Tapanilan Urheilukeskuksen Tatami	Välinetekniikka klo 13–14 Kanveesi 1	
14.00–14.20	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Pieni evästauko ja siirtyminen Lehto Areenalle	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)
14.20–15.00	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona	Leiriolympialaiset Ulkona



Torstai 5.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 8–10-v	Liilat 10–14-v
9–10	Pehmoleluvoimistelu klo 9–10 <i>Oma pehmolelu mukaan</i> Kanveesi 1	Kehonhallinta ja voima klo 9–10 Kanveesi 2	Tanssi klo 9–10.15 Kanveesi 3	Nopeus-ketteryys-koordinaatio klo 9–10 Ulkona
10–	Tanssi klo 10.15–11.15 Kanveesi 3	Pehmoleluvoimistelu klo 10–11 <i>Oma pehmolelu mukaan</i> Kanveesi 1	Baletti ja pyöriminen klo 10.15–11.15 Kanveesi 3	Joukkuevoimistelun lajitunti klo 10–11.30 Kanveesi 1
	LOUNAS klo 11.15–12.00	LOUNAS klo 11–11.45	LOUNAS klo 11.15–12	LOUNAS klo 11.30–12.15
	Kehonhallinta ja voima klo 12–13 Kanveesi 2	Välinetekniikka klo 11.45–13 Kanveesi 1	Pehmoleluvoimistelu klo 12–13 <i>Oma pehmolelu mukaan</i> Kanveesi 3	Liikkuvuus, tasapainot ja piruetit klo 12.15–13.15 Kanveesi 1
	Kaupunkisota klo 13–14 Kanveesi 1 ja 2	Kaupunkisota klo 13–14 Kanveesi 1 ja 2	Ulkoliikunta klo 13–14 Ulkona	Tanssi 13.15–14 Kanveesi 3
14.00–14.20	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)
14.20–15.00	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2	Leiriolympialaiset Kanveesi 1 ja 2



Perjantai 6.6.	Oranssit 6–8-v.	Siniset 8–10-v	Keltaiset 8–10-v	Liilat 10–14-v	Mustat 14–17-v.
9–10	Omat esitykset (olympialaisryhmät) Kanveesi 1 ja 2	Omat esitykset (olympialaisryhmät) Kanveesi 1 ja 2	Omat esitykset (olympialaisryhmät) Kanveesi 1 ja 2	Omat esitykset (olympialaisryhmät) Kanveesi 1 ja 2	Omat esitykset (olympialaisryhmät) Kanveesi 1 ja 2
10–	Ulkoliikunta klo 10–11 Ulkona	Tanssi klo 10–11 Kanveesi 3	Hypyt ja hyppääminen klo 10–11.15 Kanveesi 1	Hypyt ja hyppääminen klo 10–11.15 Kanveesi 1	Osatreeni klo 10–11.30 Kanveesi 2
		Pelit ja leikit klo 11–11.30 Kanveesi 3			
	LOUNAS klo 11–11.45	LOUNAS klo 11.30–12.15	LOUNAS klo 11.15–12	LOUNAS klo 11.15–12	LOUNAS klo 11.30–12.15
	Leikkipuistoon! Klo 11.45–13	Leikkipuistoon! Klo 12.15– 13.40	Kaupunkisota klo 12–13 Kanveesi 1 ja 2	Kaupunkisota klo 12–13 Kanveesi 1 ja 2	Baletti ja joukkuevoimistelun lajitunti klo 12.15–13.40 Kanveesi 3
	Hypyt ja hyppääminen klo 13–13.40 Kanveesi 1		Välinetekniikka klo 13–13.40 Kanveesi 2	Ulkoliikunta klo 13–13.40 Ulkona	
13.40–14	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)	Oma välipala (tauko)



14–15	Leiriolympialaiset Leirinäytös Leirin päätös Kanveesit 1 ja 2	Leiriolympialaiset Leirinäytös Leirin päätös Kanveesit 1 ja 2	Leiriolympialaiset Leirinäytös Leirin päätös Kanveesit 1 ja 2	Leiriolympialaiset Leirinäytös Leirin päätös Kanveesit 1 ja 2	Leiriolympialaiset Leirinäytös Leirin päätös Kanveesit 1 ja 2
--------------	--	--	--	--	--