



Tapiolan Voimistelijat

KAUSISUUNNITELMA KEVÄT 2024

Ryhmä: *Perheliikunta sunnuntai klo 15.15-16.00 Mankkaan koulu*

Vastuuohjaaja: Mari Sarekoski

PVM.	TUNTIEN TEEMA	HARJOITELTAVIA TAITOJA
Tammikuu 14.1. 21.1. 28.1. Ei tuntia - presidentinvaalit	Talven ihmemaassa voi leikkiä lumileikkejä, pelata jääkiekkoa ja heitellä lumipalloja!	Kieriminen ja kuperkeikka Heittäminen ja kiinniotto
Helmikuu 4.2. 11.2. 18.2. 25.2. Korvaava tunti	Luvassa on koko perheen laskiaisrieha, jossa pääsemme tutustumaan erilaisiin talviurheilulajeihin. Talvilomalla pidetään korvaava tunti su 25.2. presidentinvaalien peruutukselle.	Pariakrobatia Kisat ja pelit
Maaliskuu 3.3. 10.3. 17.3. 24.3. 31.3. Ei tuntia - pääsiäinen	Viidakkorumpu – ja eläimet tömistelevät jumppasaliin. Palmusunnuntaina jumpassa pompitaan jäniksinä!	Rytmi, lorut ja laulut Temppurata
Huhtikuu 7.4. 14.4. 21.4. 28.4.	Nuoralla kävelijöitä, jonglöörejä ja pellejä – sirkustunnilla voi tapahtua mitä tahansa! Vappujumpassa tietenkin hassutellaan!	Tasapaino ja akrobatia Heittäminen
Toukokuu 5.5. 12.5.	Ihmettelemme lähestyvää kesää viimeisillä jumppatunneilla.	Kertausta kauden taidoista

Muutokset mahdollisia.