



Tapiolan Voimistelijat

KAUSISUUNNITELMA KEVÄT 2022

Ryhmä: Freegym 8-9v. Perkkäänpuiston koulu, Perjantai klo 16.00-17.00

Vastuuohjaaja: Mari Sarekoski

Apuohjaajat: Maija Reynolds ja Fatine Debbarih

PVM.	HARJOITELTAVIA TAITOJA
Tammikuu	Perusteinen pyöriminen joka suuntaan Kehonhahmotus, reaktiokyky
Helmikuu	Perusteinen pyöriminen joka suuntaan Kehonhahmotus, reaktiokyky
Maaliskuu	Kahden käden varassa Kehonhallinta, koordinaatio
Huhtikuu	Ryhmätyöskentelyä kisaten Ketteryys, voima
Toukokuu	Kertausta ja lasten toiveleikit. Kauden viimeinen tunti pe 13.5.

Muutokset mahdollisia.