



Tapiolan Voimistelijat

KAUSISUUNNITELMA KEVÄT 2023

Ryhmä: Akrobatiavoimistelu 8-10v ma 17.30-18.30

Vastuuhjaaja: Fanni Kuurne

Apuhjaajat: Sara Kuurne, Saara Voima

PVM.	HARJOITELTAVIA TAITOJA
Tammikuu 9.1 16.1 23.1 30.1	<ul style="list-style-type: none">- Leikit ja ryhmäytyminen- Kisat- Perustaitojen mieleen palautus- Käsiseisonnat ja pidot
Helmikuu 6.2 13.2 20.2 ei tuntia 27.2	<ul style="list-style-type: none">- Nopeus ja ketteryys- Liikkuvuus- Volttitekniikka
Maaliskuu 6.3 13.3 20.3 27.3	<ul style="list-style-type: none">- Lihaskoivu- Liikkuvuus- Kevätnäytös ohjelman harjoittelu
Huhtikuu 3.4 10.4 ei tuntia 17.4 24.4	<ul style="list-style-type: none">- Reaktio- ja koordinaatiokyky- Pariakrobatia- Pyramidit ja nostot- Kevätnäytös ohjelman harjoittelu
Toukokuu 1.5 ei tuntia 2.5 kevätnäytös(?) 8.5 vika tunti	<ul style="list-style-type: none">- Lapsien suunnittelema toivetunti

Muutokset mahdollisia.