



Tapiolan Voimistelijat

KAUSISUUNNITELMA KEVÄT 2022

Ryhmä: Freegym 10-14v. Perkkäänpuiston koulu. Tiistai klo 18.00-19.00

Vastuuhjaaja: Mari Sarekoski

Apuhjaajat: Maija Reynolds ja Sara Kuurne

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 ti 10.5.

Muutokset mahdollisia.