



Tapiolan Voimistelijat

KAUSISUUNNITELMA KEVÄT 2023

Ryhmä: NinjaGym 6-7 v., Perkkään koulu

Vastuuhjaaja: Tseyang Sillanpää

Apuhjaajat: Sara Kuurne, Maija Reynolds

PVM.	TUNTIEN TEEMA	HARJOITELTAVIA TAITOJA
Tammikuu	Talvi/lumiseikkailu	- Kiipeily - Kehonhallinta - Välineiden käyttö
Helmikuu (Hiihtolomalla ei tuntia 21.02.)	Tivoli	- Kuperkeikat eteen ja taakse - Kehonhallinta - Ketteryys
Maaliskuu	Viidakkoseikkailu	- Hyppy/ponnistus ja alastulo - Kieriminen - Voltin alkeet
Huhtikuu	Avaruus	- Tasapaino - - Ketteryys - - Käsille voimaa, käsinseisonta, kärrynpyörä
Toukokuu 09.05. Viimeinen tunti	Metsäseikkailu	- Yllä oleva - Muita toiveita, kertausta ja lasten lemppareita

Muutokset mahdollisia.