



Syyskauden kesto 22.8.-11.12.2022

KAUSISUUNNITELMA SYKSY 2022

Ryhmän nimi:	TelineTemppis 8-12v	
Aika ja paikka:	Maanantai klo 19.35-20-30, VVS Temppis	
Ryhmän ohjaajat:	Heidi Mannikainen, Ellen Söderström	
VIKKO	TUNNIN TEEMA	TUNNIN TAVOITE
34	Kauden aloitus, tutustuminen	Tutustuminen ryhmään ja toimintaan
35	Lattiatemput	Sillat
36	Kiivetään ja roikutaan	Renkaat, köydet, puolapuut
37	Hyppien ja pomppien	Hypyt, tramppa, airtrack
38	Tasapainoilu & liikkuvuus	Vahvistaa kehonhallintaa ja liikkuvuutta
39	Lattiatemput	käsilläseisonta, kärrynpyörä, aasinpotku
40	Kiivetään ja roikutaan	Renkaat, köydet, puolapuut
41	AVOIMET OVET VANHEMMILLE	YHDESSÄ LIIKKUMISTA
42	SYYSLOMA	EI TUNTIA
43	Ketteryys	Nojapuut
44	Toivetunti	Aiemmillä tunneilla opittuja taitoja
45	Hyppien ja pomppien	Hypyt, tramppa, airtrack
46	Lattiatemput	Sillat, kärrynpyörät, flikki
47	Roikutaan	Rekki, kulmanoja
48	Tasapainoilu & liikkuvuus	Puomi, liikkuvuus
49	Toivetunti	Aiemmillä tunneilla opittuja taitoja
SU 11.12.	VVS JOULUNÄYTÖKSET ENERGIA AREENALLA	

RYHMÄ EI KÄYTÄ JUMPPAPASSIA.

RYHMÄN TAVOITELIIKKEET SYYSKAUDELLE:

- 360-hyppy
- Tasapainoilu puomilla
- Kulmanoja
- Silta+jalannosto

RYHMÄN YLEISET TAVOITTEET SYYSKAUDELLE:

- Harjoittelemmen monipuolisesti telinevoimistelun perustaitoja sekä ryhmässä toimimista iloisella mielellä.