

Ryhmän nimi:	Akrobatia ja airtrack 4-6v	
Aika ja paikka:	Lauantai klo 10.40-11.25 Rajatorpan koulu	
Ryhmän ohjaaja:	Ulrika Grönstrand, Meeri Kahanpää	
VIIKKO	TUNNIN TEEMA	TUNNIN TAVOITE
34	Kauden aloitus, tutustuminen	Tutustuminen
35	Eläimet	Kuperkeikat
36	Hyppien ja pomppien	Hypyt
37	Kierien ja pyörien	Pupuhyppy, simpanssihyppy
38	Sienimetsästä jäätelökioskille	Käsilläseisonta
39	Korkeimmat kaaret, komeimmat kopit	Heittäminen ja kiinniottaminen (pallon)
40	Sirkuksen taitavin akrobaatti	Päälläseisonta
41	Yhdessä liikkuen	Pariakrobatia, Avoimet ovet vanhemmille
42	SYYSLOMA, EI TUNTIA	SYYSLOMA
43	Halloween	Kuperkeikat, simpanssihyppy ja kärrynpyörä
44	Merimatka	Hypyt
45	Kiiveten kohti korkeuksia	Roikkuminen ja tasapainoilu
46	Roikkuen ja rokatien	Musiikin tahtiin ja kuperkeikat
47	Veikeät värit	Heittäminen ja kiinniottaminen
48	Minustako nuorallatanssija?	Tasapainoilu ja heilunta.
49	Toivetempu	Toivetempu

RYHMÄ KÄYTTÄÄ JUMPPAPASSIA: Tempupassi. Passia käytetään viikoittain.

RYHMÄN TAVOITELIIKKEET:

- * Kuperkeikka
- * X-hyppy
- * Aasipotku
- * Simpanssihyppy/ kärrynpyörä
- * Mummokeinunta

RYHMÄN YLEISET TAVOITTEET SYYSKAUDELLE:

Harjoitteleminen monipuolisesti perusliikuntataitoja, akrobatiavoimistelun perustaitoja sekä ryhmässä toimimista eri liikuntavälineitä hyödyntäen.

Ohjaajien sähköpostit ovat muotoa etunimi.sukunimi@vantaanvoimisteluseura.fi

Pidätämme oikeuden muutoksiin.